



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

Roles y estereotipos de género en la actividad física y
deportiva

Raquel González Pernaute

Luis Cantarero Abad

Facultad de Ciencias Sociales y del Trabajo

Curso académico 2019/2020

Resumen:

Este trabajo viene a proponer un proyecto de intervención en un centro educativo de educación secundaria, con la intención de paliar la discriminación por género dentro de la actividad física y deportiva. La intervención consiste en 8 sesiones, a lo largo de dos meses, que se realizarán con un grupo de 30 menores, las sesiones durarán una hora, a excepción de las dos últimas que serán de una hora y media cada una. El objetivo principal es que conozcan las diferentes barreras que sufren las mujeres dentro del ámbito deportivo y, una vez sean conscientes de las mismas, hagan propio el problema para afrontarlo entre todos.

Summary:

This work proposes an intervention project centered around a singular high school, aimed to stop discrimination by gender within physical and sport activities. Said intervention consists of eight sessions, spanning eight months, which will be conducted for a group of 30 minors. Each session will last one hour each, save for the last two ones, which will last an hour and a half each. The main objective is to make them aware of the obstacles that women suffer within the world of sports and, once they're conscious of them, make said problem their own to face it as a group.

1. Contenido

1.	Justificación	1
1.1	Cánones de belleza y su influencia con la actividad física	2
1.2	Experiencia personal	4
2.	Proyecto de Intervención “LOS DEPORTES DE ELLOS Y LOS DEPORTES DE ELLAS”	15
2.1	Justificación de la intervención	15
2.2	Objetivos.....	16
2.3	Hipótesis	16
3.	Marco Teórico.....	18
3.1	Medios de comunicación.....	18
3.2	Ámbito socioeducativo	19
3.3	Ámbito Sociohistórico	19
3.4	Orientación e identidad de género	20
3.5	Deporte y corporeidad	20
3.6	Práctica deportiva.....	21
3.7	Psicología social	22
3.8	Gestión del deporte.....	22
4.	Localización de la intervención.....	24
4.1	Barrio de Las Fuentes:	24
4.2	¿Quién fue Francisco Grande Covián?.....	24
4.3	IES Grande Covián.....	25
4.4	PIEE	27
5.	Puesta en marcha	28
5.1	Sesiones	28
5.1.1	Primera sesión	28
5.1.2	Segunda sesión	29
5.1.3	Tercera sesión.....	30

5.1.4	Cuarta sesión	31
5.1.5	Quinta sesión	33
5.1.6	Sexta sesión	33
5.1.7	Séptima sesión.....	35
5.1.8	Octava sesión.....	36
5.2	Cronograma	37
5.3	Recursos humanos y materiales	38
5.3.1	Recursos humanos.....	38
5.3.1	Recursos materiales.....	38
5.4	Presupuesto.....	38
5.5	Evaluación.....	41
5.6	Resultados	41
6.	Conclusiones y recomendaciones:	42
7.	Bibliografía.....	44

Índice de Ilustraciones:

Ilustración 1: Sección Masculina	2
Ilustración 2:Deportivas Ferrari	2
Ilustración 3:Sección Femenina	2
Ilustración 4: Animación de actividades físicas, deportivas y recreativas.....	10
Ilustración 5: Animación de actividades físicas, deportivas y recreativas.....	10
Ilustración 6: Remolque SOS	13
Ilustración 7: Extracción de la víctima SOS.....	13
Ilustración 8: mensaje jefe	14
Ilustración 9: Captura de pantalla Whatsapp.....	14
Ilustración 10:¿Que es una niña jugando al futbol?	19
Ilustración 11: Jugar como una chica	20
Ilustración 12: Las mujeres que levantan peso	21
Ilustración 13: El deporte es para todos.....	22
Ilustración 14:IES Grande Covián	25
Ilustración 15: Red PíEE	27
Ilustración 16: ejemplo de dinámica	34

Índice de Tablas

Tabla 1 1ª sesión:.....	29
Tabla 2: 2ª sesión.....	30
Tabla 3: 3ª sesión.....	31
Tabla 4: 4ª sesión.....	32
Tabla 5: 5ª sesión.....	33
Tabla 6:6ª sesión.....	35
Tabla 7: 7ª sesión.....	36
Tabla 8: 8ª sesión.....	36
Tabla 9: Cronograma	37
Tabla 10: Presupuesto	40

1. Justificación

Para mi Trabajo Fin de Grado he elegido el tema a tratar sobre Los Roles y Estereotipos de Género en la Actividad Física y el Deporte, y proponer un trabajo de intervención sobre el mismo, en jóvenes de educación secundaria.

Para poder tener una idea más clara, sobre la temática, es necesario tener en cuenta el contexto social en el que nos encontramos, donde el patriarcado sigue teniendo una gran influencia en nuestro entorno social y determinadas prácticas están destinadas para el hombre, y otras para la mujer. Un gran ejemplo sería la campaña publicitaria de Nívea Men de 2015, presentando un claro tono machista con su eslogan “[no cambias la música](#)”, donde el hecho de ponerse crema ya no es visto únicamente como una práctica femenina. Pero que esta práctica sea así, no implica que seas menos hombre, ya que los productos presentan una línea propia, diferente a la de la mujer. Otro ejemplo sería el anuncio televisivo de Old Spice, “[huele como un tío, tío](#)”, que denota una fuerte influencia del patriarcado en la televisión, reflejo de la población a la que destinan su consumo, y les dice que los hombres no deberían oler a flores si son unos “tíos”.

Este proceso es apreciable también en la actividad física, donde podemos observar que determinados deportes como, el fútbol, rugby, boxeo; entre otros; se encuentran fuertemente masculinizados. Al contrario que la natación sincronizada, el ballet y la gimnasia rítmica, los cuales se esperan que sean practicados por mujeres. Deportes que en muchas ocasiones no desarrollan de manera visual una gran musculatura física. Frente a esto, nos encontramos un gran número de deportistas femeninas que reivindican sus derechos frente a estas acusaciones. Teniendo en cuenta la creciente publicidad que se le ha dado este verano al fútbol femenino por el campeonato mundial, nos encontramos con el anuncio del equipo alemán, con el eslogan “[No tenemos pelotas, pero sabemos cómo usarlas](#)”, que argumentaba que no querían ser conocidas, simplemente reclamaban que las dejaran jugar “a su juego”. Junto a esto las deportistas femeninas españolas siguen acumulando premios, como en el hockey sobre patines, campeonas del mundo por séptima vez (el Periódico); la nadadora Alba Vázquez, que el 20 de agosto de 2019 batió el récord de 400 estilos según el periódico El Mundo; o la selección española de waterpolo femenina, que se proclamó campeona de Europa por segunda vez (20 minutos).

Para poder continuar con el tema, no podemos obviar la influencia que tienen los estereotipos de belleza en nuestra sociedad, donde el ideal de belleza de la mujer pequeño y delgado mientras que el del hombre es fuerte y robusto. El hecho de realizar deporte puede suponer que la musculatura y el esqueleto se desarrollen de manera “poco atractiva” para las mujeres, siendo que en la sociedad actual la belleza está

tan idealizada, y determinados deportes pueden desarrollar un gran desarrollo óseo y muscular, contraviniendo al ideal de esta.

1.1 Cánones de belleza y su influencia con la actividad física

En la observación participante que hicimos un grupo de compañeros para el trabajo T6 de la asignatura de Antropología, pudimos observar que la ropa deportiva de mujer suele ser más ajustada y muestra más el cuerpo, en comparación a la de los hombres, y suele variar principalmente entre el color blanco, rosa, morado, negro y azul. También pudimos observar que al maniquí femenino de una de las tiendas deportivas que visitamos se le apreciaban las costillas, y no tenía definida la zona abdominal, a diferencia del masculino, que gozaba de una esbelta musculatura.

Continuando con este tema de los estereotipos, y ya como experiencia personal, puedo decir que mucha de mi ropa y calzado deportivo es de hombre y niño, por diversos motivos: mi color favorito es el rojo, imposible de encontrar en la sección femenina, no me gusta ir muy ajustada ni enseñando mucho cuando realizo deporte, y suelen tener más variedad de productos y mayor rango de tallaje.

[En la web oficial de Puma](#), podemos encontrar esas zapatillas que tanto me gustan en la subsección de motor, pero esta se reduce exclusivamente al sexo masculino, lo que supone que la talla más pequeña sea el número 39, calzando yo el 38, talla muy común en mujeres, pero muy poco habitual en hombres. Esta tienda deportiva deja entrever que deportes como el del motor no están destinados a mujeres, al igual que el fútbol, baloncesto, balonmano... que son subsecciones que no aparecen en la sección de calzado femenino, y viene a reiterar lo que ha sido comentado anteriormente, que determinados deportes “son solo para hombres”. He de puntualizar que este modelo si podía ser encontrado en la sección de **niño** en la talla 38, pero muchos otros no, de ahí que mis deportivas sea principalmente de **niño**, ya que las niñas



Ilustración 1: Sección Masculina

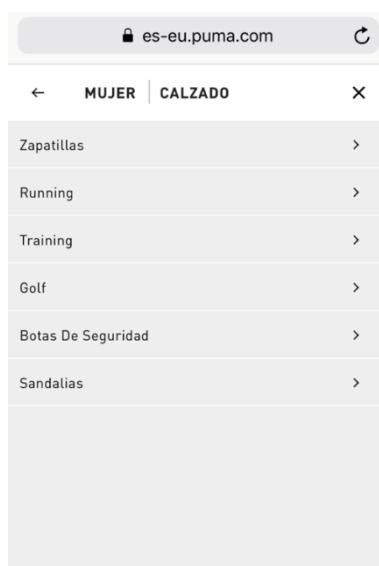


Ilustración 3: Sección Femenina

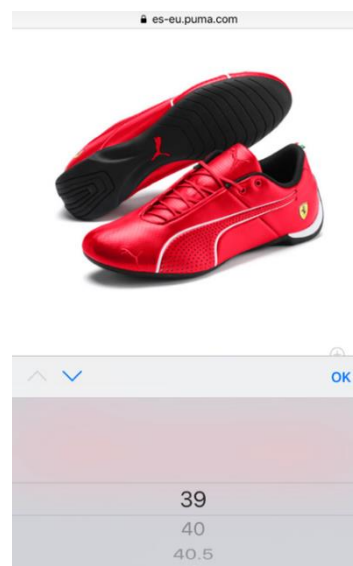


Ilustración 2: Deportivas Ferrari

tampoco pueden usar este tipo de calzado, ni realizar estas actividades deportivas.

A día 23/02/2020, la página web ha sufrido diferentes cambios, entre los cuales se encuentra la implementación en el apartado de calzados femeninos las subsecciones de “Motorsport” y “Basketball”, lo que muestra ese leve proceso de cambio del que he hablado anteriormente. He de añadir que los datos anteriores fueron recopilados a finales de 2019, por lo que el periodo de tiempo transcurrido es leve.

Con este breve ejemplo, me gustaría anticipar, que el mundo del deporte, incluyendo su vestimenta, se organiza de acuerdo con el género. Para profundizar en ello, y aprovechando mi experiencia en este ámbito, voy a proponer un proyecto de intervención, para concienciar a un grupo de jóvenes, con la intención de eliminar los prejuicios y estereotipos sexuales que se encuentran relacionados con el género.

En el primer apartado, en el cual nos encontramos justifico mediante diversas fuentes de información y mi experiencia personal la creación de esta intervención. En el segundo apartado, ratifico a que se debe la intervención que he planteado, marcando los objetivos que pretendo conseguir y las hipótesis respaldadas en el marco teórico del apartado tercero. En el cuarto apartado localizo la intervención en un instituto concreto para finalmente en el apartado 5 llevarla a la práctica mediante 8 sesiones que abarcan 2 meses de tiempo. En este mismo apartado añado el cronograma que pretendo seguir junto a los recursos que necesita la intervención y el presupuesto que dispone. La evaluación del proyecto será el apartado sexto antes de finalizar con las conclusiones y recomendaciones.

Para finalizar, quiero agradecer a la facultad haber podido realizar este proyecto de intervención, con el apoyo de mi director del Trabajo Fin de Grado. Tengo que agradecer al instituto el haber podido utilizar el centro para realizar esta supuesta intervención, que no se ha podido llevar a cabo y a la coordinadora del PíEE de este mismo centro que me facilitó información para el desarrollo del proyecto. Finalmente me gustaría agradecer a mis familiares y amigos que me han apoyado en este proyecto y me han animado cuando lo he necesitado para continuar con ello, teniendo en cuenta las condiciones en las que nos encontramos.

1.2 Experiencia personal

Antes de comenzar con el trabajo de intervención y el resto del contenido que esto supone, me gustaría ejemplificar con mi experiencia personal, que puede ser compartida con muchas mujeres, un resumen de mi relación con el ámbito deportivo. Este vínculo ha sido el incentivo para proponer este proyecto y confié en que me haya ofrecido las vivencias necesarias, que me permitan conseguir los objetivos planteados, junto con las herramientas que he podido aprender en mis estudios actuales.

En relación con mi experiencia personal, he podido denotar por parte de mi entorno ciertos comentarios reacios a las diferentes actividades deportivas que he ido realizando a lo largo de mi vida. He de decir que el deporte es algo que me ha gustado hacer desde que era bien pequeña, comenzando en el colegio donde me apuntaron a Multideporte, actividad en la que durante un mes realizábamos un deporte concreto y al terminar dicho periodo de tiempo, cambiábamos a otro. Pese a que el ejercicio que más me gustó fue tenis, mi madre al año siguiente decidió apuntarme a natación, por un lado, era el deporte que había realizado ella de joven y por otro lado por necesidad, ya que me gustaba mucho la piscina y no sabía nadar demasiado bien.

Aprendí a nadar a los 6 años y entré muy pronto a competir, comencé diciendo que no sabía nadar y en ese mismo año pasé por los diferentes niveles que ofrecían en la piscina de Bomberos, por lo que al año siguiente me apuntaron a Alberto Maestro. A los pocos años le comunicaron a mi madre que disponía de la capacidad suficiente como para entrar al siguiente nivel, lo que suponía aumentar mis horas de entrenamiento, y por la lejanía que suponía desplazarnos a la piscina, me volvió a cambiar a la piscina de Bomberos. Al realizar las pruebas en esta, les propusieron a mis padres apuntarme a Waterpolo, ya que el nivel de natación que ellos tenían era muy bajo y según los propios monitores, si me apuntaban a natación, retrocedería. Finalmente, ese año, terminé en la Federación Aragonesa de waterpolo femenina, donde entrenábamos dos días, dos horas semanales, además de los partidos los sábados por la mañana, hasta que cumplí los 12 y entre al instituto.

Pero la natación y el waterpolo no fueron las únicas actividades que desarrollé durante esos años. A los 7, comencé a esquiar, hasta los 16 aproximadamente, terminando con un C bajo, y con la propuesta de mi monitor para que me preparase las pruebas y entrar a la escuela de esquí, para terminar, siendo entrenadora de este.

He de decir que la influencia de mi entorno en la adolescencia supuso un gran cambio en el desarrollo de mi actividad deportiva, comenzado el segundo año de instituto con Funky, mi segundo primero, el cual no me llamó especialmente la atención y no me volví a apuntar, pero era el deporte por excelencia al cual se

apuntaban las chicas de mi entorno. Dejé el deporte durante dos años, en mi “segundo tercero”, hasta que esa presión que anteriormente había sufrido sin darme cuenta empezó a hacer menor efecto en mi persona, y volví a nadar, fuera de competición por mi edad, y me apunté por primera vez a fútbol, en un principio a fútbol 11 y posteriormente a sala, el cual me gustó y continué durante dos años más.

Recuerdo que mi tía, cuando se enteró de que mi madre me volvía a apuntar a natación le argumentó que no lo hiciera, pues esa actividad haría que mi espalda se desarrollase aún más, y parecería un hombre, a lo que mi madre contestó, “es lo que ella quiere hacer”, y así fue, es lo que yo quería hacer y lo hice. También tuve una disputa con mi padre, pues algo en mi sabía que el hecho de que yo me apuntase a fútbol no le iba a gustar, y cuando se lo propuse entre dientes, su respuesta fue “no quiero que te apuntes a fútbol, te harás daño”, obviamente él no ha practicado waterpolo, sino se hubiese replanteado su respuesta, pero como en el caso de la natación, es lo que quería y lo hice.

A diferencia de natación, donde no me he encontrado muchas más barreras que el comentario despectivo de mi tía, en fútbol fue diferente. Comenzando con mi primer año de fútbol, a los 16 años, he de decir que me atreví en las clases de Educación física a jugar también con mis compañeros de clase, lo que podría haber supuesto rechazo por parte de mi entorno, o ciertos comentarios despectivos como “machorra”, que he de decir que no percibí, ya sea por la edad o por cierto estatus del que gozaba, aunque si obtuve algunas actitudes discriminatorias, por parte de alguno de mis compañeros, con los que realizaba dicha práctica. Los primeros meses tuve que demostrar, en cierto modo, mi valía como jugadora, para empezar a recibir pases de mis compañeros, entrar en discusión con alguno de ellos y allanar el terreno a algunas de mis compañeras que comenzaron a realizar la práctica junto a mí. Esta lucha dio sus frutos, y terminamos el año jugando en determinadas posiciones, mis dos compañeras como porteras y yo como cierre.

He de añadir, que ese mismo año mi tutora me propuso realizar un grado de actividades físicas, lo que me dio por pensar, erróneamente, que para entrar tendrían en cuenta mi nota de Educación física, y decidí esforzarme al máximo para sacar la mejor nota que pudiese. Durante ese año cumplí los 17, y tras un periodo largo de meditación, me apunté a la Federación Aragonesa de Salvamento y Socorrismo para sacarme el título de Socorrista, ya que como no era demasiado buena estudiante, mis padres tenían miedo de que no lo terminase sacando. Así que de lunes a viernes acudía al instituto por las mañanas; lunes y miércoles entrenaba a fútbol 11, teniendo partidos los viernes; martes y jueves iba a natación; y sábados y domingos en horario completo asistía al curso de socorrista. Mis esfuerzos dieron resultado, me gradué como socorrista y saqué un 9 en Educación física ese año.

Durante ese verano, eché currículos en diferentes empresas y piscinas de Zaragoza, de manera presencial y vía telemática, con la intención de trabajar durante el verano de SOS. En uno de esos momentos, me

acompañó mi padre, ya que era menor de edad, y si era necesario firmar algo necesitaba el consentimiento de uno de mis tutores legales. Fui a esa piscina, gracias a la información de uno de los compañeros del curso que nos la pasó por el grupo del cursillo, al entrar me encontré con una mujer a la cual le tenía que entregar de manera presencial el contrato, empezamos mal, en la poca conversación que tuvimos me dejó claro que no me quería por ser mujer y por tener 17 años, con comentarios como, “que al tener la misma edad que los adolescentes que acudían a la piscina no me respetarían” y “que al ser una chica consideraba que no tenía la fuerza suficiente como para sacar el barrefondos de la piscina”, pero igualmente dejé el currículo a sabiendas que nunca me iban a llamar y me fui con una sensación agri dulce. Pero finalmente sí que acabé ese verano trabajando de socorrista, haciendo la suplencia durante el último mes de un vecino el cual disponía del título, pero tenía que recuperar las asignaturas pendientes que le habían quedado para septiembre. Terminé el verano con un momento de halagos por parte de los vecinos de la urbanización, lo que me reconfortó el mal trago que pasé anteriormente. De todas formas, he de decir, que considero que esa mujer con la que hablé fue una de las pocas que me dijo eso a la cara, pero con la cantidad de empresas y piscinas con las que me puse en contacto, no me extrañaría que más de una lo pensase también y no me lo dijera a la cara o directamente no me contestase por eso mismo.

Al año siguiente, cambiamos de profesor de Educación física, la anterior se llamaba Lola, y defendía la idea de que los hombres y las mujeres podíamos hacer lo mismo, mientras que este nuevo dejó claro que no opinaba igual. Recuerdo que en una de las actividades que nos tocó realizar, donde teníamos que hacer el máximo de flexiones que pudiésemos durante un periodo de tiempo limitado, aplaudió las 25 que consiguió uno de mis compañeros, e infravaloró las 30 que realizó otra de mis compañeras, ya que estaba seguro de que mentía. Esta chica competía en judo y esta práctica era muy habitual en sus entrenamientos, por lo que no le supuso gran esfuerzo poder realizarla, pero el profesor se negó a creerlo.

Respecto al compañero aclamado, he de decir que tenía una gran influencia en el profesor que ejercía en esta materia, lo que generaba que, gracias a él, muchos días dispusiéramos de actividad libre, lo que nos permitía jugar a fútbol muy a menudo, y en ocasiones contra los de segundo año. La lucha que comenzamos el año anterior nos concedía ser reconocidas como jugadoras en el equipo, junto con nuestros compañeros, pero suponía ser dos más en el equipo de los mayores, que en un principio no importó a los otros, pero pronto los pequeños se pronunciaron pidiendo que una de nosotras pasara a jugar con ellos, porque éramos “muy buenas” y no eran capaces de llegar a portería. Al final, por la diferencia de nivel y edad, terminamos mezclando los equipos los días que nos tocaba hacer educación física ambas clases, para subsanar dichas diferencias.

Uno de estos días, un niño de la otra clase se topó con el “favorito del profesor” al que yo llamaba “apisonadora”, ya que le importaba bien poco lo que hubiese por delante, que él lo arroyaba, y haciendo

honor al mote, tiro al chico al suelo, y se golpeó tan fuerte la cabeza que se tuvo que salir durante un rato y sentarse en un banco. Cuando consideró que se encontraba lo suficientemente bien, entró de nuevo al campo de juego, pero no era capaz de intentar cortar la jugada del compañero que lo tiró al suelo, por miedo, así que como buenas luchadoras, mi mejor amiga y yo nos encargamos de él, a lo que reaccionó con un comentario adulador hacia nuestras personas, dando a entender que el tras el golpe no era capaz de enfrentarse al otro jugador y nosotras lo interceptábamos sin miedo ninguno.

Otro recuerdo que tengo respecto a ese año, no sabría identificar muy bien como lo calificaría puesto que, nuestro “querido” profesor de Educación física nos dijo que iba a prohibir que las chicas jugásemos a fútbol, porque no veía que nos esforzásemos lo suficiente, a lo que yo enseguida reproché sin éxito, pero otro de nuestros compañeros con el que jugábamos le insinuó, la falsedad del argumento y lo machista que había resultado el mismo, lo que supuso que el profesor agachara la cabeza y no volviese a sacar nunca más el tema.

Ese mismo año, un grupo de compañeras nos apuntamos a la liga interna de fútbol, que se realizaba en los recreos. La liga estaba dividida en masculino y femenino y jugamos contra todas las clases que se hubiesen apuntado. Había de varios tipos, baloncesto, voleibol, fútbol... deportes que habíamos practicado durante los diferentes años en Educación física, y que supondrían 0,5 puntos más en la nota final de la misma asignatura. Así que mi mejor amiga, una compañera de fútbol, que pese a ir en diferente clase a la mía y yo animamos a dos chicas más a jugar junto a nosotras. La liga comenzó en el segundo trimestre y se turnaba con la masculina en sus comienzos, pero por alguna decisión interna, se aplazó la femenina a finales de curso lo que suponía “morirse de calor”, por lo que optamos por retirarnos.

Cuando no coincidíamos con los pequeños, también aprovechábamos todo el tiempo del que disponíamos para poder jugar algún partido entre nosotros. El profesor en ocasiones nos obligaba a realizar primero una actividad, la que tocase en ese trimestre, puntuarla y luego tener rato libre, la mayoría de los que jugábamos a fútbol la hacíamos los primeros y salíamos corriendo a jugar, solo si la conseguías hacer bien podías salir. El último día de clase de Educación física, cuando pudimos salir, me lucí como nunca contra ellos. Un balón que se iba a salir, y el compañero del otro equipo lo iba a permitir porque era fuera nuestra, el mismo que nos había defendido anteriormente contra el profesor, lo paré, le hice un sombrerito, y se lo pase a otro de mi equipo. El mismo chico cuando reaccionó se acercó y me preguntó, si lo había hecho a posta o me salió sin querer, yo en verdad nunca había intentado hacer algo así, pero mi orgullo hizo que respondiera muy segura de mí misma que claramente lo había sido intencionadamente. En ese mismo partido, otra chica del equipo contrario tenía el balón y fui a quitárselo, se puso tan nerviosa, que ella misma la colocó en mis pies, oí, como mi querido “apisonadora” le decía a mi compañero de equipo “déjalas que se la quiten entre ellas” lo que me hirió el orgullo y enfadó a su vez, regateé a la chica y fui

directa a portería, mientras mi compañero gritaba “¡tú sola!” y al ver que el chico, de tal acertado comentario, pese a haber perdido la posesión, no venía a por mí, tiré con toda mi ira metiendo un golazo por toda la escuadra, que hasta él, en bajito, admitió que seguramente no hubiese podido parar. Ese día deje el listón bien alto, y jugué como nunca más jugaría posteriormente.

Finalmente, pese a todos mis esfuerzos, mayores con diferencia que el año anterior, pues había mejorado mis marcas en carreras de velocidad y resistencia, mi puntuación en flexibilidad y lanzamiento, y tenía más que desarrolladas ciertas cualidades físicas que nos exigían, como hacer el pino, el murciélago, saltar el potro... saqué un 8 de nota final, siendo una de las mejores deportistas de la clase. Pese a todo ello, tuve que oír el reproche de mi profesor, “y no te quejes, que te he mantenido el 0,5 de la liga, pese a que os retirasteis”, insinuando que me había regalado parte de la nota, y con eso me tuve que conformar a pesar de mi insistencia y mi preocupación por no entrar en el grado el año siguiente.

También estudié el Grado medio de Actividades Físicas y Deportivas en el Medio Natural en el Instituto IES Ítaca, y el Grado superior de Animación de Actividades Físicas y Deportivas en el colegio O.D Santo Domingo de Silos, siendo en ambos casos la mayoría de los alumnos varones, al igual que los profesores, con la excepción de una profesora de senderismo en el Grado medio. En este, no noté ninguna discriminación más allá de comentarios como “las chicas van muy lentas”, siendo que no solo eran “las chicas”, ya que algunos compañeros también iban retrasados en las actividades de senderismo y ciclismo, y por parte del dos profesores, mayor trato de favor hacia un grupo de 3 compañeras, que tenían “menos nivel físico”, pero a mi parecer se aprovechaban de la discriminación existente.

Por otro lado, en el Grado superior, el primer año donde las actividades que realizábamos eran individuales, ya que practicábamos deportes como atletismo, gimnasia deportiva, patinaje, natación... no hubo mayor problema, pero si tuvimos que soportar algunos comentarios como “las mujeres desde la prehistoria tienen un ADN que las hace mejores para realizar las tareas de casa” por parte de uno de nuestros compañeros. Otro ejemplo sería “las mujeres no pueden desarrollar las mismas cualidades físicas que los hombres, por eso en las pruebas para el ejército, bombero o policía, no les piden el mismo nivel físico. Si queréis igualdad, así no la tenéis y lo único que demostráis es que sois inferiores físicamente”. Ante estos comentarios, me sorprendió el hecho de que solo reaccionásemos el profesor y yo, puesto que a pesar de que solo éramos siete chicas, solo una de las siete, que fue mi caso, se indignase con el comentario y fuera capaz de intentar rebatirlo, recalco intentar porque por supuesto no logré que el compañero entrase razón. El segundo año sí que generó mayor conflicto, ya que empezamos a realizar deportes colectivos como balonmano, rugby, o fútbol entre otros. Está claro que no a todos se nos da bien todos los deportes, pero no significa que en el equipo no se cuente nunca con ninguna de las 7 chicas. La gran mayoría de las veces, al terminar la práctica, nos dirigíamos al vestuario frustradas y cabreadas porque sentíamos que no

habíamos participado en la actividad, ya que nuestros compañeros no nos facilitaban el poder hacerlo. Nos pusimos en contacto en varias ocasiones con el profesor para transmitirle nuestras sensaciones, hasta tal punto llego que, en la actividad de balonmano, una mañana, mientras estábamos haciendo un partido, nos fue sacando a todas las chicas del campo. Finalmente, un compañero contestó que, porque estábamos ahí con el profesor, a lo que él respondió “¿os habéis dado cuenta el tiempo que habéis tardado en enteraros de que he sacado a vuestras compañeras?, Esto demuestra la poca participación que le dais en el juego”. Esta dinámica la verdad es que estuvo muy bien, los compañeros respondieron durante un tiempo, pero finalmente volvimos a lo mismo. Si perdías en algún momento el balón te ponían malas caras, y a veces, tenías miedo de hacer un poco más por si fallabas y te sentías de nuevo juzgada. Solo dos de las compañeras, una a la que le daba igual absolutamente todo, y otra que estaba más valorada físicamente, era la guapa, y de alguna forma la dejaban participar para llamar su atención, realizaban la actividad sin demasiado miedo.

Recuerdo, que al empezar natación en primer año y continuar con salvamento y socorrismo en segundo, el profesor me propuso ponerme en la calle “rápida”, a lo que me negué sin dar mayor explicación al profesor, pero al llegar al vestuario, le transmití a mis compañeras, que no quería estar en la misma calle que el compañero que había hecho ciertos comentarios machistas, porque si en algún momento le entorpecía, porque fuera más lenta que él, o no hubiese entendido algo, sé que ocasionaría un enfrentamiento. Sé que hice mal en no comunicárselo al profesor que nos daba la actividad, pero no tenía demasiado buena relación con él y no me sentía cómoda para expresar ese sentimiento de miedo, por lo que quise esquivarlo.

Finalmente, conseguí el título de Grado superior, y mi intención fue empezar con la búsqueda de trabajo. Comencé a ponerme en contacto con diferentes gimnasios, vía telemática y presencial, pero nunca llegué a hacer una entrevista para comenzar a trabajar, ya que cuando nos avisaron en la FP superior, teníamos que realizar cursos formativos de pilates, body-pump, espalda sana, spinning... para tener más facilidades de trabajar. Con el tiempo me apunté a un gimnasio, para continuar manteniendo cierta actividad y mantenerme en forma, fue en ese momento en el que me percaté que no solo contaba mi formación, si no también mi aspecto físico. También conozco el caso de uno de mis compañeros, que tiene sobrepeso, se presentó una entrevista de trabajo para ser socorrista, otro compañero que tenía menor nivel de natación se presentó a la misma entrevista he incluso si no recuerdo mal, les hicieron pruebas, Pero finalmente contrataron al chico que más musculoso estaba y “físicamente sano” se veía. A parte de una vida sana, los gimnasios, te venden que el aspecto físico de una persona que va a empezar a realizar una actividad física va a cambiar, se va a volver más delgado, ganará más músculo, y de alguna manera los entrenadores tienen que reflejar esa imagen que pretenden vender: no tener los músculos bien definidos, tener más grasa

corporal en algunas partes del cuerpo... La cual, generalmente, no entra dentro de un prototipo deportivo, lo que supone no dar la imagen que ellos quieren vender.

Me pegué, aproximadamente tres o cuatro meses buscando trabajo, sin ningún resultado más allá de trabajos esporádicos, por lo que decidí apuntarme a cursos del INEM. Me apunté a cursos relacionados con todo tipo de ámbitos, sin hacer ningún tipo de traba, ya que el haberme centrado solo en el de la actividad física y deportiva no me había dado buen resultado, así que apliqué a forestal, camarero, cocinero, dependienta... Finalmente me cogieron en uno llamado “Animación de actividades físicas, deportivas y recreativas”. A diferencia de la enseñanza reglada, este curso estaba mayoritariamente compuesto por mujeres, y el número de participantes masculinos era de menor relevancia. Nos encontramos un total de 12 alumnos para realizar diferentes clases, que no fueron evaluadas a través de ningún examen y se han centraban principalmente en el ocio y el tiempo libre de menores. Recuerdo una actividad en particular en la que nos enfrentábamos dos grupos, de manera individual cada uno de nosotros, después de habernos atribuido un número, nos metíamos en un círculo pintado en el suelo y teníamos que empujarnos con unas colchonetas, yo salí la última y me tuve que enfrentarme a un compañero, me sacaba un par de cabezas, teníamos que empujarnos hasta que uno de los dos pisase fuera del círculo. Tras una larga competición, podría aventurarme a decir que fue la más larga de la actividad, una de mis compañeras al proclamar a mi rival como ganador, ya que yo, de alguna manera me rendí, había recibido unos fuertes golpes y no quería continuar. Una compañera de mi equipo me comentó que mi rival había pisado fuera del círculo a la mitad del juego, y que creía que el profesor “no se había dado cuenta”. En verdad a mí no me molestó, para mí hubiera sido una gran victoria haberle ganado, y sé que me lo puso bastante difícil, algo que me gustó ya que en muchas ocasiones te protegen por el hecho de ser mujer, pero para mi compañero esa derrota hubiera supuesto mucho más, lo que creo que el profesor también lo sabía. De todas formas, unos días más tarde, mi compañero me pidió una “revancha”, por lo que entendí que él también se había enterado, en un

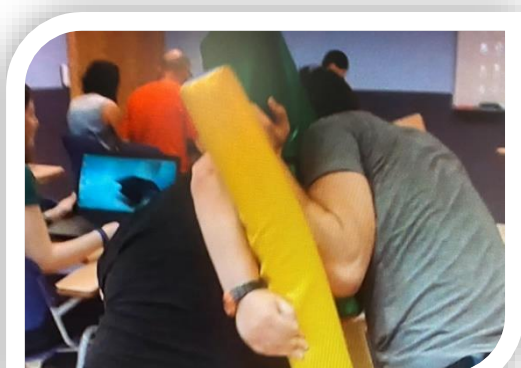


Ilustración 4: Animación de actividades físicas, deportivas y recreativas

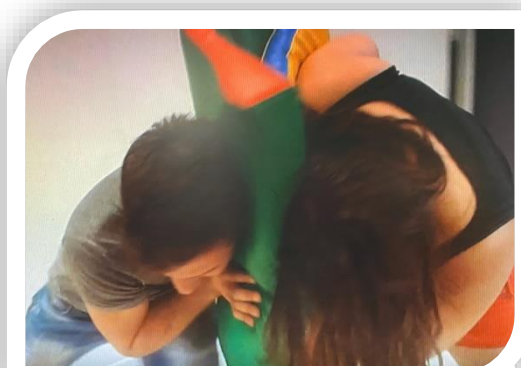


Ilustración 5: Animación de actividades físicas, deportivas y recreativas

aula mientras esperábamos al profesor, fue divertida y no hubo ganadores.

Recuerdo que en una ocasión yo tuve que faltar al cursillo. Ese día, la actividad la impartía uno de nuestros compañeros que, a su vez, era entrenador de fútbol, por lo que aprovechó algunos de sus entrenamientos para realizar esa actividad. Las compañeras, cuando yo llegué ese mismo día, me expusieron que el compañero había sido un tirano, y que no se había sentido cómodas realizando la actividad, se sentían infravaloradas, fue un momento puntual, ya que se disculpó y todo volvió a su ser. En general llevé muy buenos recuerdos del curso, ya que en el Grado superior los lazos relacionales no fueron tan fuertes, y se lo tengo que agradecer a todos ellos.

Pese a que mis estudios, al año siguiente continuaron en la universidad, no deje de buscar trabajo ni de trabajar desde el primer año de la FP superior, con la intención de poder compaginarlo con mis estudios. A lo largo de esos años, he impartido diferentes actividades, entre ellas fútbol. Recuerdo un momento en particular, en el que un entrenador, por motivos que desconozco, tuvo que abandonar la actividad y me pusieron de suplente, la única niña se sorprendió de que su entrenadora fuera una mujer, a lo que yo respondí que al igual que ella, yo había sido jugadora también. No le dio mayor relevancia, pero me chocó que la niña se sorprendiera de que yo, como entrenadora de fútbol, fuera una chica. A los niños nunca les llamaba la atención que yo fuera su entrenadora de Multideporte o natación... pero parece que el fútbol solo estaba hecho para hombres. Solo estuve en esa plaza tres semanas, a la tercera encontraron a un entrenador de fútbol y a mí me mandaron a ser entrenadora de baloncesto, ya que el entrenador de ese equipo también había tenido que dejarlo, pero me pregunto, ¿por qué no directamente buscaron a un entrenador de baloncesto?, ¿por qué no me dejaron a mí como entrenadora de fútbol?

En tercero de carrera, una compañera y amiga a la que yo había ayudado a trabajar conmigo, me pasó un anuncio de su otra empresa para empezar a trabajar y así conseguir más horas, entrenadora de baloncesto en un equipo de infantil y de cadete. Me puse en contacto con su jefe al que le conté que llevaba cinco años siendo monitora baloncesto oficialmente, y que había realizado otras actividades dentro de mi otra empresa, después de tener una entrevista con él, me dijo que se pondría en contacto conmigo, ya que tenía que comunicar al PIEE que el entrenador que encontró era “una mujer” y que normalmente buscaban hombres e inmediatamente después me ofreció dar clases de natación los domingos. La verdad es que me sentí bastante ofendida, e incluso cuando me comunicaron que comenzaba a desempeñar mi actividad, no estaba demasiado contenta. Sinceramente mi actitud frente a este nuevo trabajo cambió cuando conocí a la coordinadora de las actividades extraescolares, que se alegró mucho de que fuera estudiante de Trabajo social y en ningún momento me puso pegas por ser una mujer. Con el tiempo le relaté este comentario fortuito que me hizo mi “actual jefe” del que ella misma se sorprendió y negó en rotundo que le hubiese dicho que buscaba un hombre, ni que tuviese conocimiento de que alguna compañera lo hubiese hecho.

Cuando empecé a entrenar a este equipo, me sentí muy juzgada, notaba las comparativas, pero no le di mayor importancia a estas, ya que el anterior entrenador llevaba muchos años dándoles clase y lo veo normal. Sí que me gustaría destacar que con todo el tiempo que llevo trabajando con estos equipos, la mayoría de los entrenadores son hombres. El año pasado fue la primera vez que vi a una arbitra mesa y este año he visto a una árbitra. En la mayoría de los equipos abundan los niños, la liga es mixta, pero, sobre todo en cadete, nos encontramos con equipos íntegramente masculinos con la excepción de uno que es solo femenino.

En comparación, si me fijo en la actividad física de natación, en su mayoría somos mujeres las que impartimos las clases, en el pabellón Siglo XXI solo hay dos profesores y seremos aproximadamente 10 monitoras. También puedo decir que, de los tres socorristas oficiales, dos de ellos son mujeres. Algo que siempre me ha llamado bastante la atención, y que dentro del ámbito federativo, de los que yo puedo conocer, es el deporte que peor se remunera.

El verano de 2019, me ofrecieron desde mi empresa de “toda la vida” trabajar en la “guardería”. Esta “actividad” se realiza en junio, cuando se reduce la jornada escolar, y los padres no pueden ir a buscar a los niños antes al colegio. Trabajé junto con las coordinadoras de las colonias que empezarían en julio, y un día, mientras comíamos, estaban hablando de los monitores con los que quieran trabajar y los que le habían propuesto a la entidad. Desde oficinas, les había dicho que tenía que haber un monitor varón en cada uno de los colegios en los que se realizarían las colonias con la excepción del colegio de Las Fuentes. La que fue ese verano mi coordinadora en colonias, protestaba sobre ese hecho, puesto que decía que los compañeros que había tenido otros años no habían funcionado como debían, que no tenían suficiente autonomía y que ella solo quería trabajar con mujeres, que trabajaban mejor. Lo que más me llamo la atención en este caso fue la ironía que existe en la asimilación del ámbito deportivo y los hombres por parte de mi empresa y en general la inclusión que pretenden hacer desde esta de los monitores hombre, argumentando que tiene que haber un referente “deportivo”, a lo que yo les hubiese contestado “entonces ¿Qué soy yo?”, frente a al comentario de mi coordinadora. Esta, intento justificarse ante la empresa que ya tenía una referente deportiva, que me quería a mí en su equipo, pero igualmente le obligaron a incluir a un chico.

Mientras estaba realizando las prácticas de la universidad, me replanteé varias salidas profesionales mientras conseguía abrirme hueco en el ámbito de Trabajo social, y más teniendo en cuenta la necesidad que tengo de independizarme de mis padres, e irme a vivir con mi pareja, otro gran problema social, en el que no voy a entrar. La que elegí fue socorrismo, pero como mis cualidades físicas se habían visto reducidas a lo largo de la carrera, ya que no disponía de mucho tiempo para practicar deporte, se me ocurrió apuntarme a un curso intensivo en otra empresa que no fuera la federación, para volver a estar en forma y

recordar todos los conceptos de primeros auxilios. El curso contaba con un número muy reducido de alumnos, éramos 6 y solo uno era varón. Pese a mi decadencia física, el aumento de mi edad y el miedo que tenía por ser la peor de la clase y no poder pasar las pruebas después de tanto tiempo sin nadar, era la



Ilustración 6: Remolque SOS



Ilustración 7: Extracción de la víctima SOS

mejor nadadora. El primer día me puse con una compañera para hacer la actividad, que realizaríamos durante tres domingos, en los que nadábamos tanto por la mañana como por la tarde y la última tarde hicimos las pruebas. La compañera con la que mejor relación hice estuvo el primer día con el único chico, aparte del monitor, ya que era la única que en ese momento trabajaba como socorrista, por lo que se entendía que era la más preparada para transportarlo. Esta compañera me pidió que me pusiera con ella y que el chico se pusiera con la chica que yo me había puesto el domingo anterior, este chico estaba muy musculoso y tenía poca grasa lo que provocaba que pesara más, rechace la petición de mi compañera y me puse yo con el chico, ya que disponía ventaja por mis cualidades físicas y mis conocimientos por mis diferentes formaciones previas.

El último día le conté mi experiencia a la entrevista que tuve unos años antes al profesor, El cual me dijo “eso es ilegal, es denunciable, no pueden hacerte eso “a lo que le respondí “¿y cómo lo demuestro?”.

Esta compañera con la que forjé una buena relación me puso en contacto con su jefe de Barcelona, para ir a trabajar este verano con ella, el cual se sorprendió de la amplia titulación que tenía en el ámbito deportivo, y extraoficialmente, por lo que ella me comentó, va a hacer lo posible para que pueda trabajar con él este verano, pese a todas las trabas que pone la Comunidad Autónoma con el Ropec.

Este año, tuve que abandonar mi puesto durante a un mes, debido a que me rompí un dedo y cogí la baja, pese a ello, acudía a los partidos de baloncesto de mis jugadores para animarlos y ver cómo iban mejorando. Tras un montón de problemas con mi sustituto, otro compañero al que conocía y con el que había trabajado, vino a suplirme de manera puntual, llevaba trabajando los mismos años que yo, y al igual que en mi caso, aunque era “oficialmente” entrenador de fútbol, servía para todo. Uno de los partidos a los

que fui a ver, mi compañero me hizo un comentario, dando a entender que no sabía cómo tratarlas a “ellas”, refiriéndose a mis jugadoras, las cuales suponen el 58% del equipo en el caso de cadete y el 66.7% en infantil, yo no lo pensé, simplemente respondí “igual que a ellos”. No fui consciente hasta después que una de mis jugadoras de cadete, se había dado cuenta del comentario y me estaba mirando, sonrió y se sentó.

En esta segunda empresa en la que empecé a trabajar recientemente, tenemos un grupo de monitores de natación, como ya se puede imaginar, formado mayoritariamente por mujeres, y a mi jefe se le ocurrió

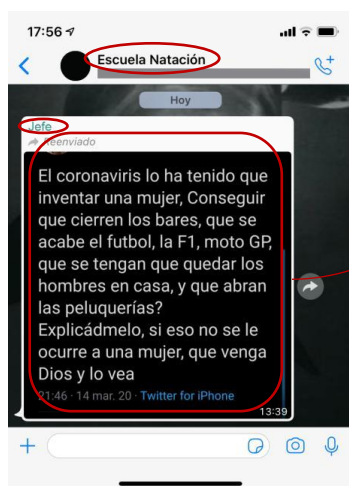


Ilustración 9: Captura de pantalla
Whatsapp

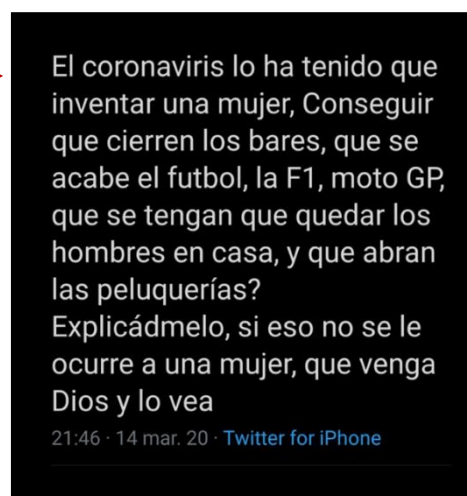


Ilustración 8: mensaje jefe

mandar una imagen que le llamó la atención sobre el Covid-19:

Como ya dejaba claro la web oficial de Puma, los deportes de motor no están hechos para las mujeres, a las que no les gusta ni ver la F1, ni la moto GP ni y en este caso, mucho menos bajar al bar a tomar cerveza, porque lo único que nos interesa es encontrarnos visiblemente atractivas ante una epidemia como esta, acudiendo a la peluquería. Lo más triste, es que, sin este análisis, a más de uno le haría gracia leerlo. Este mensaje no ha sido borrado en ningún momento, y actualmente lo podemos encontrar buscando en mensajes anteriores dentro de la misma conversación, con relación a este nadie dijo nada.

2. Proyecto de Intervención “~~LOS DEPORTES DE ELLOS Y LOS DEPORTES DE~~ ~~ELLAS~~”

Este proyecto consiste en una propuesta de intervención, con el eslogan “~~LOS DEPORTES DE ELLOS Y LOS DEPORTES DE ELLAS~~”, enfocado a la igualdad de oportunidades en la actividad física y deportiva en adolescentes, en particular de las menores. En el título sale tachado para enfatizar lo que vengo a proponer, que es una intervención en un centro de educación secundaria con la intención de paliar la diferencia de género existente dentro de estas prácticas. Esta propuesta intenta dar forma a una nueva realidad dentro del ámbito deportivo, que incluya en diferentes deportes a las adolescentes y facilite su integración en los mismos, ampliando el abanico de posibilidades en el instituto. Para que este proyecto tome forma, es necesaria la implicación de diferentes agentes de cambio del ámbito educativo, que serán el pilar fundamental para la puesta en marcha y continuidad del proyecto. La finalidad es que, junto a ellos y la implicación de los menores, se pueda desarrollar las 8 sesiones que se van a proponer y tengan continuidad en el tiempo, siendo los menores los que a través de lo aprendido reeduquen al resto, proceso conocido como enseñanza entre iguales.

Las actividades físico-deportivas son muy populares entre los adolescentes los primeros años del instituto, pero se ve una clara diferenciación en relación con las actividades que desempeñan por género. Como ya he podido mencionar anteriormente, las adolescentes tienden a practicar actividades relacionadas con las artes y deportes individuales, a diferencia de los chicos, los cuales tienden a desempeñar deportes de equipo, esto incide en la diferenciación entre “los deportes de ellos y los deportes de ellas”.

Mi intervención pretende visibilizar la existencia de estas barreras, en muchas ocasiones imperceptibles o justificadas por la influencia del patriarcado, para intentar que se vayan diluyendo con el paso del tiempo. En algunos casos, las menores tienen a rechazar deportes, por coletillas como “machorra” o frases como “ese deporte no es para las niñas”, lo que supone que directamente identifique esta práctica como algo inalcanzable para una mujer o malo para su reputación o imagen dentro del mismo instituto, donde les puede perjudicar o encasillar en un grupo al que no pertenecen.

2.1 Justificación de la intervención

Como ya he comentado, existe una diferenciación evidente de las prácticas que tienden a desarrollar los menores en relación con su género. La influencia que ejerce el entorno más cercano y las relaciones que crean con sus iguales en estas etapas de la vida, generan una fuerte influencia en este fenómeno social. Es evidente este ejemplo en deportes como la gimnasia rítmica o la danza donde existe una baja participación masculina, frente al fútbol o el rugby, donde la existencia de equipos femeninos o jugadoras es muy baja.

Sin embargo, esta discriminación no ha llegado a deportes como el baloncesto, donde la participación de las chicas, en el instituto, es bastante alta y juegan en una liga mixta lo que les permite la eliminación de ciertas barreras, pese a que dentro de la liga no se produce este fenómeno, dándose un gran número de participantes varones en relación con las menores de todos los equipos.

Mientras el equipo de baloncesto al que dirijo entrenamos en la cancha, se puede observar como el equipo de fútbol entrena en el campo de al lado. Todos y cada uno de los participantes son chicos, e incluso los entrenadores, pese a haber visto diferentes cambios, siguen siendo todos chicos. Sin embargo, habiendo hablado con alguna de las chicas con las que entreno, me dicen con anhelo que les gustaría poder practicar ese deporte, pero sus padres no les dejan o que no se sienten cómodas porque son todos chicos y en educación física nos les pasan el balón. Entonces se me presenta el hecho, ellas quieren, pero ¿hasta qué punto pueden?

Con las familias no se hace la intervención, pero si los menores y el entorno cambia, ese proceso puede llegar a diferentes casas. Está claro que la intervención no supondrá un cambio total en la mentalidad del instituto, pero es un pequeño paso para que se produzca. Con este proyecto, pretendo debilitar las barreras que se encuentran las deportistas y que pueden suponer un cambio importante en la forma de pensar o fomentar las ganas de luchar para conseguir sus objetivos. Para ello es importante que todos conozcan las existencias de estas barreras, que las entiendan como un problema, que sientan que puede darse un cambio, que les afecte y se sientan responsables para convertirlo en una realidad.

2.2 Objetivos

Objetivo general

1. Plantear un proyecto de intervención de género en relación con deporte y la actividad física:

Objetivos específicos:

1. Conocer la realidad social en la actividad física en un instituto
2. Investigar las relaciones de género y el deporte.
3. Contribuir a la igualdad, a través de un proyecto de intervención
4. Fomentar la libre práctica deportiva en mujeres y niñas.

2.3 Hipótesis

1. Los menores no son conscientes de todas las barreras con las que se encuentran las deportistas.

2. Existe una diferenciación evidente entre los deportes de “ellos y de ellas”, debido a la falsa creencia de la incapacidad de las mujeres para desempeñar determinadas actividades.
3. Realizar un deporte fuertemente masculinizado supone la imposición de diferentes etiquetas, que afectan a su estatus en el instituto y a su propia percepción.
4. Se considera que las menores que realizan un deporte “masculino” pierden el atractivo relacionado con la feminidad.
5. Existe una falsa creencia en relación con el desarrollo exagerado de la masa muscular cuando se realizan determinadas prácticas deportivas.
6. El ideal de belleza femenino provoca que muchas menores dejen la actividad física en edades tempranas.

3. Marco Teórico

Gracias al interés que se ha despertado en los últimos años por la situación de las mujeres, se han podido conocer las diferentes barreras y discriminaciones que sufren las mujeres dentro de las prácticas deportivas y con ello denunciar las injusticias. Para ello, según el autor Joaquín Piedra (2019), hay que tener en cuenta 8 grandes líneas de análisis, entendiendo que no son las únicas, pero que contribuyen al estudio de la realidad deportiva femenina en España actualmente.

3.1 Medios de comunicación

En este punto el autor argumenta que la visibilidad de las mujeres en las noticias deportivas es de un 5% en relación con la de los hombres y en muchas ocasiones se les asigna un rol sexista. Un ejemplo de la poca importancia que se le da a la práctica deportiva femenina es la que sufrió Marianne Vos, campeona del Tour de Francia, la cual al terminar el Tour y disponerse a comparecer ante los periodistas se encuentra en una sala prácticamente vacía y frente a un solo periodista, Peter Cossins, el cual denunció en las redes sociales el escándalo, “A pesar de ser una de las mejores corredoras del mundo, sufrió un feo gesto de los periodistas que levantó muchas ampollas: se encontró una sala de prensa vacía” (20 Minutos, 2019).

Por otra parte, habla de las películas, en las que las mujeres tienden a representar un papel menos vinculatorio a la práctica deportiva, quedando está en segundo plano, o suelen relacionarse con determinadas prácticas deportivas como el de animadora, considerándose en algunos aspectos como trofeo para el protagonista masculino, que tiende a ser el jugador estrella del equipo. Esto produce que el concepto de debilidad dentro de la práctica deportiva sea fomentado por éstas, actitud que los consumidores del filme no tienen en cuenta, y que continúe con el paso de los años a causa de que el público más joven tome como ejemplo los roles que desempeñan los protagonistas. Un ejemplo lo podemos encontrar en la película “[Ella es el chico](#)”. Trata de una chica a la que le gusta jugar a fútbol, pero su equipo es eliminado por falta de jugadoras, piden la participación de ella y de sus compañeras en las pruebas de acceso para el equipo masculino del instituto, pero el entrenador rechaza la petición delante de los chicos, justificando que ellas son más débiles, dejándolas en evidencia, lo que provoca que la protagonista se haga pasar por su hermano y se inscriba en el equipo de fútbol rival para ganar a su escuela y dejar en ridículo al equipo masculino, entre los cuales se encuentra su novio. Esta película destapa muchos estereotipos ligados a ambos sexos en la práctica deportiva y en otros aspectos de la vida cotidiana, pero conforme transcurre la película, la práctica deportiva queda relegada a segundo plano, para darle mayor importancia a las relaciones que surgen entre los protagonistas.

3.2 Ámbito socioeducativo

Según Joaquín Piedra (2019), diferentes investigaciones que se ha ido desarrollando en los últimos años, indican que los alumnos continúan manteniendo los estereotipos sexistas, lo que genera que los menores, y en particular en su etapa adolescente, continúen desempeñando los roles tradicionales. En muchas ocasiones se ven encerrados entre los prejuicios, que no siempre son reprochados por la comunidad educativa, y en algunos casos vienen impulsados por los manuales de texto que se les facilita, que pasan inadvertidos por el profesorado y afectan negativamente a los estudiantes. Un ejemplo que pone el autor en este caso son las imágenes, en las cuales rara vez aparece una mujer practicando deporte. Considera que actuar contra los prejuicios es algo importante en la escuela, y en particular y relacionada con el deporte, desde la asignatura de Educación física, para romper el círculo de prejuicios y estereotipos que rodea la actividad física y deportiva muy visible a la hora de practicar ejercicio en el colegio, en los que se suele observa un clara diferenciación por sexo, donde las chicas tienden a participar en actividades más relacionadas con las artes y los chicos en deportes más competitivos y de equipo.



Ilustración 10: ¿Qué es una niña jugando al fútbol?

El autor entiende que esta diferenciación continua a lo largo de toda la escala estudiantil, donde se pueden observar que, en estudios superiores, los cuales están relacionados con la actividad deportiva, el número de alumnas inscritas en carreras como Ciencias del Deporte, sea muy bajo. Como añadiré más adelante, este hecho no pasó desapercibido tampoco en los ciclos formativos de Grado medio y superior que estudié, donde el número de alumnas era bastante inferior al de alumnos, ambos ligados a la actividad física y deportiva. El autor también reprocha que estos estudios fuertemente masculinizados, cada vez lo son más, lo que puede suponer un aumento de barreras de acceso para las alumnas y continúa diciendo que los planes de estudio no hacen, si no que continuar fomentando esta división ignorando la realidad de la práctica deportiva femenina. En contraposición nos encontramos con un artículo de La Sexta que explica que el ser futbolista se coloca en la quinta posición de las profesiones elegidas por las niñas, “Vivir del fútbol ya no es sólo objetivo de los niños, también ahora de las niñas. Según un informe, es la profesión a la que aspiran junto a profesoras, médicos, veterinarias y policías. Hay otra novedad: ahora más niños que niñas quieren dedicarse a las tareas de casa.” (Atresmedia, 2020)

3.3 Ámbito Sociohistórico

Como es obvio, y continuando con el autor Joaquín Piedra (2019), antiguamente que las mujeres realizasen alguna práctica deportiva estaba mal visto, y eran duramente juzgadas por ello si lo hacían, por lo que no era un escenario habitual donde se encontrarían. En la Segunda República, la participación de las mujeres en determinados deportes era impensable, y las argumentaciones del hecho eran respaldadas por las diferencias biológicas entre mujeres y hombres, y los efectos secundarios nocivos para el cuerpo de la mujer. Las deportistas pioneras, durante la dictadura, continuaron luchando para entrar en un mundo fuertemente masculinizado, enfrentándose a diferentes barreras. A lo largo de la historia, y a pesar de los avances en diferentes áreas, la lucha de las mujeres para tener un reconocimiento deportivo continua hoy en día.



Ilustración 11: Jugar como una chica

3.4 Orientación e identidad de género

Pese a que los tiempos van cambiando el rechazo hacia la diversidad de género y en general al colectivo LGTBIQ sigue presente en el ámbito deportivo. “Tanto la transexualidad como la intersexualidad han supuesto un gran problema para el deporte, pues suponen una desestabilización de la estructura deportiva basada en la concepción dicotómica del sistema sexo-género” (Piedra, 2019, pág. 492). Se ha planteado la idea de separar las ligas de otra forma, evitando hacerlo de la manera actual, sexo masculino-femenino, puesto que tal cual está concebido actualmente, estas personas, “no tienen cabida” en ninguna de las dos opciones planteadas, lo que les supone una enorme barrera.

3.5 Deporte y corporeidad

En relación con la autopercepción del cuerpo, el autor explica que existe una construcción social en relación con la forma que debe tener el cuerpo del hombre y la mujer, por supuesto han de ser diferentes, y gozarán de un estatus mayor los que se asemejen a ellos. Estos estereotipos de belleza no hacen más que acentuar la diferencia de poder entre hombre y mujeres, sin hacer solo referencia al aspecto corporal, también abarca la identidad corporal y la relación que cada uno crea con su cuerpo. Por ello entiende que las mujeres que practican deportes más masculinizados crean una relación mente-cuerpo diferente, ya que se tiende a excluir el cuerpo de las mujeres en lo relativo a la actividad que desarrollan, es un punto que se trató en 2019 en un anuncio de [Mahou 0,0](#). Por otro lado, los medios de comunicación tienden a utilizar los cuerpos femeninos como reclamo para aumentar los índices de audiencia.

Como ya he comentado con anterioridad en relación con un trabajo que realizamos sobre los cánones y estereotipos de belleza, una de las autoras a las que nos referimos en este, argumenta que en los medios de comunicación proponen que la belleza del cuerpo se centra en ser delgado y joven “En una época basada en la juventud, la salud y la belleza física, el cuerpo se presenta como símbolo de poder y de placer” (Cabrera García, 2010, pág. 230) lo que produce una gran ansiedad a muchas personas que no se encuentran dentro de estos parámetros corporales y que es lo que requieren para triunfar y ser aceptados socialmente. Esta misma autora continúa explicando que existen diferencias entre lo que se entiende como ideal de belleza masculino y femenino, en el caso de los hombres se persigue una complexión atlética y bien trabajada donde la musculatura se encuentra bien definida, en contraposición el ideal femenino que ha de ser mucho más delgado y bajo peso, lo que muestra un aspecto más frágil, “el cuerpo ideal en el hombre sigue un modelo corporal donde el volumen y la musculatura le permiten tener mayor corpulencia, lo que físicamente le dota de superioridad frente al físico exigido a la mujer.” (Cabrera García, 2010, pág. 233). Estos estereotipos son mucho más inflexibles en mujeres que en hombres y se relacionan con el éxito profesional y social.

3.6 Práctica deportiva

En relación con la práctica deportiva, ha habido un incremento de esta por parte de las mujeres, llegando en 2015 a practicarlo un 47,5%, según Joaquín Piedra (2019) pero las motivaciones que las han animado a comenzar a practicar las diferentes actividades deportivas son diferentes a las de los hombres, solo el 22,3% de las mujeres disponen de una licencia federativa, y aunque la cifra se ha visto aumentada, sigue estando muy por debajo de la de los hombres. Existe estudios que demuestran que la práctica deportiva de estas se debe a la preocupación



Ilustración 12: Las mujeres que levantan peso

por la salud y la estética, sin embargo, para ellos estas cuestiones quedan relegadas a un segundo puesto. La fuerte influencia de los cánones y estereotipos continúa haciendo mella. El autor entiende que hay una diferenciación ante el comportamiento que se espera de ambos sexos, “de las mujeres se espera (...) que sean delicadas, emocionales, familiares y bellas, mientras que de los hombres se espera que sean valientes, competitivos, independientes y fuertes” (Piedra, 2019, pág. 494). La autora Cabrera García también habla sobre este aspecto “en el caso de las mujeres, las modelos presentan un ideal simbólico de hiperfeminidad: son accesibles, maleables, intercambiables, fluidas y sin discurso propio. Patrones estéticos como la delgadez, denotan el distanciamiento de las preocupaciones de este mundo y el control del deseo.”

(Cabrera García, 2010, pág. 234), y añade que al hacer la comparativa del ideal de belleza con el propio, hay mujeres que sienten la obligación de cambiar su aspecto, pudiendo realizarse de una manera adecuada y saludable, realizando una dieta equilibrada, haciendo ejercicio..., lo que podría ser la respuesta a al incremento de la actividad física en las mujeres, que ha planteado el autor anterior. Continuando con Peña, explica que son estas diferencias las que causan la existente discriminación entre el número de participantes masculinos y femeninos en las diferentes prácticas deportivas, también argumenta la necesidad de que las familias incentiven a las menores a realizar actividades deportivas de competición, para que estas se lancen a realizarlas. “El concepto que tenemos de nosotros mismos se ha ido creando influido por las perspectivas y las imágenes que han tenido y tienen los demás.” (Subirana, 2013). En relación con este tema la empresa [Nike](#) ha creado un anuncio de “empoderamiento femenino” que viene a reivindicar la práctica deportiva de las mujeres en diferentes actividades.

3.7 Psicología social

Las actividades deportivas que realizamos en el tiempo de ocio según Joaquín Piedra (2019) no hacen más que conseguir que perduren los estereotipos de género. Los chicos se decantan por los deportes, normalmente de equipo, mientras que las chicas tienden a realizar actividades más relacionadas con los estudios y otras actividades menos relacionadas con la práctica deportiva, y en su defecto, si eligen algún deporte suelen ser deportes individuales con menor contacto físico. Se ha demostrado que el entorno familiar es importante a la hora de incentivar a la práctica de estas actividades por parte de los padres,

sobre todo en edades más tempranas, durante la etapa adolescente, este rol pasa a desempeñarlo los grupos de iguales, que son los que educan en relación con las actividades que han de desarrollar. El autor continúa argumentando que muchas mujeres explican el abandono de las diferentes actividades deportivas a causa de sufrir cierta incomodidad con los hombres o como rechazo a su propio cuerpo y por ello plantean espacios libres de discriminación y acoso.



Ilustración 13: El deporte es para todos

3.8 Gestión del deporte

Por último, el autor Joaquín Piedra (2019) habla sobre las barreras que se encuentran las mujeres a la hora de alcanzar puestos de toma de decisiones. “Los cambios que se necesitan acometer para alcanzar la igualdad pasan siempre por las instituciones y los organismos deportivos” (Piedra, 2019, pág. 494). En

relación con este tema, los estudios que se han realizado sobre los puestos directivos en el ámbito del deporte muestran la existencia de barreras para la promoción de las mujeres en ese ámbito, los puestos en los que las mujeres se encuentran implican cargos de menor importancia y relevancia, e implican que se terminen sometiendo a los modelos de gestión masculinos y tengan que demostrar continuamente su valía. Al preguntar a las mujeres sobre el tema, no destacaron la preparación de sus rivales, si no las barreras con las que se encuentran. Muchas renuncian a la maternidad o la retrasan e incluso rechazan la idea de tener pareja, en más ocasiones que los hombres, si tienen la intención de ascender a un puesto directivo.

El autor expone la existencia de tres factores importantes:

1. Los factores personales de las mujeres, los cuales, tienen relación con la personalidad de cada una, afectan tanto positiva como negativamente.
2. Los relacionados con su entorno más próximo en el cual las mujeres han de desempeñar diferentes roles y no siempre cuentan con el apoyo de sus familias y amistades.
3. Los de la propia organización, que “puede variar en función de la disciplina, las características de la organización, así como las particularidades de las juntas directivas” (Piedra, 2019, pág. 495).

Hoy en día el número de mujeres que pueden vivir del deporte es muy escaso, en muchas ocasiones dependen de becas y patrocinadores, que pueden dejar de subvencionarles en el momento que su rendimiento se ve reducido. Existe una mala gestión del deporte que podría desaparecer si se contemplase la perspectiva de género, como sería el ejemplo de las cláusulas “anti-embarazo”, como explica Peña en su artículo, sin embargo, la corredora Allyson Félix, rompió el récord de medallas obtenidas por Usain Bolt, consiguiendo con su doceava medalla de oro, 10 meses después de dar a luz, según El Diario AS. Por otro lado los avances gracias al mundial por parte de las jugadoras de fútbol han sido importantes, como la creación de un convenio en el que se habla del salario, las vacaciones y la protección en caso de embarazo entre otras, “en caso de embarazo de una futbolista durante su última temporada de contrato, ésta puede renovar una temporada adicional en las mismas condiciones que tenía” (MARCA: Ya hay preacuerdo del primer convenio de fútbol femenino, 2019)

4. Localización de la intervención

Para mi Trabajo Fin de Grado, he considerado centrar mi intervención en el instituto I.E.S Grande Covián, situado en el distrito de Las Fuentes, el cual fue llamado así por un catedrático de Fisiología, médico y nutricionista.

4.1 Barrio de Las Fuentes:

Según los datos encontrados en el Informe global sobre la ciudad y sus distritos nos encontramos que el barrio de las Fuetes cuenta con un total de 42.192 habitantes, lo que supone el 6.04% de la población total de Zaragoza. Es el 5º barrio con mayor población extranjera con un 16,81%, por encima de la media de Zaragoza que cuenta con un 13,42%, con un total de 7.092 personas, de las cuales en su mayoría provienen de Europa (3.292), África (1.841), América (1.417) y Asia (539)

Respecto al nivel de estudios del barrio podemos decir que el porcentaje de la población sin estudios supera la media del 35.06% de la de Zaragoza, con un 39.76%. En el caso de la educación primaria y del primer ciclo de secundaria, se percibe un crecimiento de 5.76 puntos respecto a la de Zaragoza, con un total de 36.41%, disminuyendo considerablemente en la segunda etapa de la (Urboano, 2018) secundaria, en la cual se encuentran con un total de 12.12%, 4.48 puntos por debajo de la media de toda la ciudad. Finalmente, la educación superior es de 6.86%, 8,26 puntos por debajo de la población en general de Zaragoza que cuenta con un 15.12%, lo que demuestra un gran abandono en la educación secundaria en el segundo ciclo y la baja cualificación del barrio, que solo se encuentra por encima de la media de Zaragoza en educación primaria y la primera etapa de secundaria.

4.2 ¿Quién fue Francisco Grande Covián?

Francisco Grande Covián, nació en Asturias en 1909 y murió en Madrid en 1995, estudio su carrera en la Facultad de Oviedo terminando sus estudios en esta ciudad en el año 1926. Al año siguiente se trasladó a Madrid a una residencia de estudiantes donde continuo con sus estudios, cursando la carrera de Medicina, “terminando sus estudios en 1931 con Premio Extraordinario de licenciatura, pero antes de terminar, en 1929, ya había salido al extranjero para estudiar en distintas Universidades de Europa, y trabajado con hombres de la talla de los profesores Hoffman (Fisiología), Aschoff (Patología) y Eppinger (Fisiología Patológica). En 1932 obtuvo el grado de Doctor por la Universidad Complutense de Madrid” (De Oya Otero, 2018). Durante la guerra Civil Española y junto con los estudios con el doctor F. Jiménez García, contribuyo a aliviar la hambruna en Madrid. Al finalizar la Guerra civil, como jefe de departamento de Fisiología, continuó trabajando con la colaboración de Carlos de Oya, en diferentes trabajos sobre la diabetes.

En el año 1950 “consiguió por oposición la cátedra de Fisiología y Bioquímica de la Facultad de Medicina de la Universidad de Zaragoza” (De Oya Otero, 2018) y no volvió a esta ciudad hasta el año 1974, donde fue nombrado por la universidad “profesor extraordinario de Bioquímica y profesor emérito. “Grande Covián dedicó su vida al estudio de la nutrición” (De Oya Otero, 2018).

4.3 IES Grande Covián

El instituto público IES Grande Covián, se encuentra situado en el barrio de Las Fuentes, en la c/ Tomás Higueras, 60, 50002 Zaragoza, muy cercano a otro instituto de enseñanza pública IES Pablo Serrano, frente a un potrero y al lado del Parque Torre Ramona.



Ilustración 14: IES Grande Covián

Está situado en la periferia del barrio, y como se observa en la población de este, cuenta con estudiantes de gran variedad de etnias y razas, lo que supone una gran riqueza cultural. Dispone de una página [web](#), por la que a mi parecer es un poco complicado navegar. El horario del centro es de 9:00 a 14:00 de lunes a viernes, pese a que se mantiene abierto por las tardes para realizar diferentes actividades. El instituto cuenta con estudios primarios en educación secundaria y bachillerato, y por lo que he ido investigando, no he encontrado que exista la posibilidad de cursar en el mismo ningún ciclo formativo de grado medio o superior.

En 1985 y hasta 1986 el instituto abre sus puertas por primera vez como instituto de bachillerato, con la intención de cubrir las necesidades de la población, la cual ya cuenta con un centro de formación profesional, el Pablo serrano, y con un colegio concertado OD Sto. Domingo de Silos, que atiende al resto de la población en edad escolar. Finalmente, en el año 1995, pasa a ser un centro de educación secundaria, con el objetivo de adecuar a las necesidades de las familias del barrio su oferta educativa.

Los alumnos que pueden ser derivados a este centro de educación secundaria, provienen principalmente de 5 colegios:

- CEIP Julián Sanz Ibáñez
- CEIP Las Fuentes
- CEIP Marcos Frechín
- CEIP Tomás Alvira
- CEIP Torre Ramona

Los cuales también disponen de otros institutos en la lista de ofertas, como el IES Pablo serrano.

En la página web del instituto podemos encontrar que están elaborando un plan de igualdad, el cual se encuentra en proceso de recogida de información, y marca su plazo límite que finaliza el 21 de junio, lo que podría suponer que mi participación en el instituto a través de la investigación sea más atractiva para el centro. Por lo que he podido observar en la web, están distribuyendo una serie de encuestas destinadas a los diferentes tipos de población que existen en el centro, por lo que en este momento se encuentran recogiendo datos cuantitativa, lo que supone que pueda ser distribuido a un mayor número de población, pero más impersonal.

El centro también dispone de un reglamento de régimen interno (RRI), en el cual recoge en el art.45 que habla sobre el respeto entre los alumnos, el punto 4 dice: “No discriminar a ningún miembro de la Comunidad Educativa por razón de nacionalidad, raza, sexo o por cualquier otra circunstancia personal o social.” (Reglamento, 2018, pág. 40) Capítulo 1 art.52, en el cual destacaría los puntos 1, 2, 4. El primero habla de que todos los alumnos disponen de los mismos derechos y obligaciones con la única discriminación de la edad y del curso en el que se encuentran. En el punto 2 tratan sobre el desarrollo individual de la personalidad y de las capacidades, y sancionan la posible discriminación que esto les pueda suponer. Por último y el que mayor relevancia tiene respecto a mi investigación es el punto 4, el cual dice que “El centro desarrollará iniciativas que eviten la discriminación del alumnado, pondrá especial atención al respeto de las normas de convivencia y establecerá planes de acción positiva para garantizar la plena inclusión de todos los alumnos del centro.” (Reglamento, 2018, pág. 45).

En las aulas de este centro se imparten clases de refuerzo por las tardes, las cuales se encuentran dentro del programa Caixa ProInfancia que se encuentra separado por zonas denominadas redes, siendo, en el caso del barrio de las Fuentes, la Fundación Federico Ozanam la entidad coordinadora y la Fundación Tranvía la prestadora, la cual deriva a los menores a las aulas de diferentes centros a los que los menores pueden acudir para recibir este servicio.

Volviendo a la enseñanza reglada que imparte el centro, dentro de la web, en el departamento de educación física, me encuentro con los diferentes cursos de secundaria y los dos de bachiller, todos se dividen en 6 bloques, y en cada bloque se desglosan las diferentes actividades que se desarrollaran a lo largo del curso escolar. En el primer bloque de todos los años, nos encontramos con Atletismo, en 4º lo denominan acciones atléticas, en la cual te encuentras la carrera continua y la de velocidad mezcladas con el salto de comba y las actividades gimnásticas, en 3º curso se encuentra dividido el primer bloque en atletismo y actividades gimnásticas, en el caso de 2º año se divide en atletismo, saltos con combas y actividades gimnásticas, para finalizar, en primer año, simplemente atletismo. En definitiva, el atletismo se encuentre en el primer bloque en todos los cursos de secundaria.

4.4 PíEE

El centro dispone de la colaboración del PíEE, un proyecto que cuenta con recursos municipales que tiene el objetivo de dinamizar la comunidad escolar por medio de diferentes actividades lúdicas, con la intención suplementar la formación académica que se realiza desde la enseñanza reglada. Podemos encontrar PíEEs de enseñanza primaria y secundaria en los cuales su población destino se diferencia en las edades, incluyendo en el caso de primaria a los menores de infantil. La población a la que se destinan no se concentra en el colegio en el cual se desempeña la actividad, menores de otros colegios pueden participar en cualquiera de los centros de la Red PíEE, donde se encuentra la actividad en la que se quieren apuntar o cuentan con un número mayor de plazas. Esta red cuenta con 33 centros de educación secundaria divididos



Ilustración 15: Red PíEE

por la ciudad de Zaragoza y uno en Casetas, uno de ellos es el PíEE del I.E.S Grande Covián.

5. Puesta en marcha

Para llevar a cabo la intervención, dividiré la misma en 8 sesiones, una por semana. La primera sesión comenzará el 12 de enero con la intención de terminar el 2 de marzo. La idea principal de terminar en esa fecha va relacionada con el día internacional de la mujer, en el centro prepara actividades para esta fecha, por lo que pretendo complementar las mismas, dando a los menores la oportunidad de exponer en otras aulas lo que han aprendido en las diferentes sesiones. El propósito es que los participantes, por grupos que serán divididos en la tercera sesión, acudan a las diferentes clases del instituto dando visibilidad a las diferentes barreras que se encuentran las mujeres deportistas. Las sesiones tendrán una duración de una hora, a excepción de las dos últimas, debido a la importancia de estas y al contenido, que se prolongará hasta una hora y media. Todas las sesiones serán grabadas y se realizarán fotos de estas, habiendo sido previamente autorizados para ello, para favorecer la evaluación y el estudio por mi parte y para ayudar a los menores con las presentaciones que hagan posteriormente.

5.1 Sesiones

5.1.1 Primera sesión

Objetivos:	Material	N.º sesión
A. Plantear un proyecto de intervención de género en relación con deporte y la actividad física: A. Conocer la realidad social en la actividad física en un instituto B. Investigar las relaciones de género y el deporte. C. Fomentar la libre práctica deportiva en mujeres y niñas.	<ul style="list-style-type: none"> • Proyector • Video ¿Qué significa hacer algo #ComoNiña? • Video Sigue Jugando#ComoNiña de Always 	3
		Duración
		1h
		N.º Participantes
		30

La primera sesión la voy a realizar basándome en un video [¿Qué significa hacer algo #ComoNiña?](#), realizaré una dinámica en la cual tendrán que interpretar una serie de movimientos que les irá marcando en relación con la práctica deportiva, correr, nadar, boxear, chutar un balón... finalmente añadir una coletilla, diciéndoles que imiten todos estos movimientos como si fueran una niña. Basándome en mi experiencia, más de uno cambiara su forma de realizar los movimientos, cuando esto suceda, parare la actividad, los sentare enfrente del proyector y les preguntare, ¿Habéis visto como

algunos compañeros han modificado su forma de golpear un balón, boxear o correr cuando les he dicho que lo hagan como si fueran una niña?, les diré que esta práctica ya se había realizado, y proyectare el video.

Una vez el video sea finalizado, les preguntaré que opinan al respecto e intentaré abrir un debate, haciendo diferentes preguntas en relación con las prácticas deportivas y el género. ¿Quién puede jugar a futbol?, ¿Cuál es el mejor deporte para que lo practique una chica?... Muchos empezarán a entender a lo que yo he acudido al centro, por lo que buscarán la respuesta que más se adecue a lo que yo les estoy mostrando, por ello las siguientes preguntas serán dirigidas a la realidad de la actividad que realizan, ya sea en educación física, como en las actividades extracurriculares que hagan, ¿Cuántas chicas hay en tu equipo?, ¿Cuántas chicas juegan en los recreos con vosotros?, ¿Cuántas aprovecháis los recreos para jugar?...

Para finalizar la sesión, les mostraré un [video](#) en el cual chicas, realizando diferentes actividades deportivas, hablan de algunos comentarios que escuchan cuando los realizan, algunos de sus familiares más cercanos. Después de un breve debate, me despediré explicándoles cual es mi intención al asistir a al instituto y que pretendo conseguir de todo esto, despidiéndome hasta la siguiente sesión.

Creado por:	Raquel González Pernaute	Fecha:	12/01/2021
--------------------	--------------------------	---------------	------------

Tabla 1 1ª sesión:

5.1.2 Segunda sesión

Objetivos:	Material	N.º sesión
A. Plantear un proyecto de intervención de género en relación con deporte y la actividad física: A. Conocer la realidad social en la actividad física en un instituto B. Investigar las relaciones de género y el deporte. C. Fomentar la libre práctica deportiva en mujeres y niñas.	<ul style="list-style-type: none"> Balón de baloncesto Balón de futbol Balón vóleybol Raquetas pingpong Palos de hockey y pelota Dos colchonetas Cuerdas para saltar 	3
		Duración
		1h
		N.º Participantes
		30
En esta sesión realizaran deporte, el que ellos decidan. Simplemente sacare diferentes materiales deportivos, balones, raquetas, cuerdas, colchonetas, palos de hockey... para que durante 30' decidan en		

que van a invertir su tiempo. Lo habitual es que los niños decidan participar en los deportes que mejor se les da y las niñas, por influencia del grupo o por afiliación con los compañeros terminen realizando el deporte donde se sientan más integradas. Tendrán la opción de cambiar de actividad siempre que quieran, hasta que el tiempo trascurra. Finalmente analizaremos donde se han colocado cada uno y porque han decido realizar esta práctica.

Antes de finalizar les pasaré un cuestionario, donde escribirán las actividades que realizan y las que en verdad les gustaría realizar. Los harán separados para que, aunque escriban su nombre, puedan mantener cierta confidencialidad, ya que me interesa saber que deportes hacen o han realizado por lo general para la siguiente sesión.

Creado por:	Raquel González Pernaute	Fecha:	29/01/2021
--------------------	--------------------------	---------------	------------

Tabla 2: 2ª sesión

5.1.3 Tercera sesión

Objetivos:	Material	N.º sesión
A. Plantear un proyecto de intervención de género en relación con deporte y la actividad física: A. Conocer la realidad social en la actividad física en un instituto B. Investigar las relaciones de género y el deporte. C. Fomentar la libre práctica deportiva en mujeres y niñas.	<ul style="list-style-type: none"> Folios en sucio Celo 2 colchonetas por grupo 	3
		Duración
		1h
		N.º Participantes
		30

En esta sesión haré pequeños grupos entre todos los participantes, en relación con las actividades que desarrollan, si es posible teniendo en cuenta los gustos y preferencias de cada participante, pero, sobre todo, integrantes que desempeñen o hayan desempeñado diferentes actividades deportivas. Mi intención en lo que queda de sesiones, es que pueda desarrollarse una enseñanza entre iguales, siendo ellos los protagonistas.

A partir de este momento se expondrán una serie habilidades, en las que participaran como grupo, lo importante para ganar será el trabajo en equipo y la implicación de cada uno de ellos. Destacaremos 4

deportes principales, fútbol, gimnasia rítmica, voleibol y por último baloncesto, por ejemplo, ellos serán los que de lo decidan al igual que las metas que pretender llegar a conseguir. Tendrán que practicar en su tiempo libre, aparte de los 20' que se les permitirá de las 5 sesiones restantes, puesto que la última se utilizara para demostrar lo que han aprendido con sus compañeros.

Lo que queda de sesión se utilizar tres dinámicas de trabajo en equipo, con la intención de fomentar una adecuada participación en los diferentes grupos:

- Caminando por piedras: se pondrán un montón de folios en el suelo, pegados con celo, que imitarán a las piedras que hay en un río. Todo el grupo menos uno de los participantes, colocarán un pie en cada folio, la intención es que el compañero que se encuentra fuera del circuito sea capaz de pasar por las "piedras" sin pisar el "río" con la ayuda de todos sus compañeros, los que le darán la mano para poder pasar de un folio a otro, cuando se encuentren sobre los folios en los que están colocados.
- Rodillos humanos: Se trata de desplazar a los compañeros de una punta a otra del gimnasio, para ello, todo el grupo deberá colocarse tumbado en el suelo, menos uno, que se colocará encima de todos los compañeros. Tendrán que girar a la vez e impedir que el compañero que se encuentra más arriba caiga al suelo, deberán moverse en coordinación y tener en cuenta que cuando el compañero que se encuentra en la parte superior este llegando al compañero que se encuentra en la cabeza del grupo, tendrá que levantarse el que se encuentra a la cola para que evitar que caiga.
- Construir el puente: todos los participantes del grupo se subirán a una colchoneta, para poder avanzar, necesitarán la ayuda de una segunda colchoneta, la cual deberán pasar por encima de sus cabezas y dejarla delante de todos. Los compañeros que se encuentran más atrás de la colchoneta serán los encargados de volver a coger la colchoneta para poder pasarla por encima de sus cabezas y avanzar de nuevo. Esta práctica continuará hasta llegar a la meta que se haya establecido. Ningún participante podrá apoyar el pie en el suelo, por lo que deberán tener en cuenta el espacio del que disponen y que si uno empuja a otro podrían tener que retroceder.

Creado por:	Raquel González Pernaute	Fecha:	26/01/2021
--------------------	--------------------------	---------------	------------

Tabla 3: 3ª sesión

5.1.4 Cuarta sesión

Objetivos:	Material	N.º sesión
-------------------	-----------------	-------------------

A. Plantear un proyecto de intervención de género en relación con deporte y la actividad física: A. Contribuir a la igualdad, a través de un proyecto de intervención B. Fomentar la libre práctica deportiva en mujeres y niñas.	● 2 balones balonmano	4	
		Duración	
		1h	
		N.º Participantes	
		30	
<p>En esta sesión meteré movimiento, realizaremos diferentes actividades deportivas de grupos, en las que harán ellos mismos los grupos y realizaran deportes, por mi experiencia, es muy probable que algunas chicas terminen aisladas, en algunos casos por falta de practica y en otros por la poca participación que los compañeros le permitirán, pese a tener experiencia en deportes colectivos. Para esta sesión utilizaremos el balonmano, ya que es una práctica menos extendida que el fútbol o el baloncesto y es más probable que la mayoría empiece de “0”. Conforme sea consciente de que no cuenta con algunas compañeras o compañeros en el campo de juego, los iré retirando, para que esperen a mi lado y hablaré con ellas para que me expresen lo que sienten. Trascurridos 10 minutos aproximadamente parare el juego, y si las menores están dispuestas, serán ellas las que expresen como se han sentido, en caso de que no sea así, seré yo la que exprese como se han sentido con frases textuales que habré apuntado, junto con lo que yo he percibido. Una vez puesto en conocimiento de los participantes, se reanudará el juego de nuevo, con una nueva norma, si quieren conseguir punto tras marcar, deberán de recibir un pase cada uno de los jugadores del equipo, durante otros 10 minutos. Finalmente quitaré esa norma para dar libertad en el juego y comprobar que si las personas que no había recibido o participado anteriormente volvían a sufrir esta exclusión durante 10 minutos más.</p> <p>Antes de empezar con el tiempo que disponen para practicar por grupos, los reuniría de nuevo para que expusieran todas las conclusiones que han sacado de esta práctica y las sensaciones que han tenido, tanto los que han sido excluidos como los que ha participado en la exclusión.</p>			
Creado por:	Raquel González Pernaute	Fecha:	02/02/2021

Tabla 4: 4ª sesión

5.1.5 Quinta sesión

Objetivos:	Material	N.º sesión
A. Plantear un proyecto de intervención de género en relación con deporte y la actividad física: A. Contribuir a la igualdad, a través de un proyecto de intervención B. Fomentar la libre práctica deportiva en mujeres y niñas.	<ul style="list-style-type: none">Tarjetas con barrerasMaterial para grabar video	5
		Duración
		1h
		N.º Participantes
		30
En esta sesión, se repartirán unas tarjetas, donde tendrán escritos diferentes las diferentes formas de discriminación que se han nombrado en el marco teórico. El principio de la sesión se utilizará para explicar en qué consisten cada uno de ellos, para que posteriormente, por grupos, realicen un video ejemplificando las barreras con las que las mujeres se encuentran en la práctica deportiva y como ellos son las que las rompen. Dispondrán de 30 minutos para poder pensar en lo que quieren hacer y como lo van a mostrar en el video e incluso empezar a grabarlo en caso de que lo tengan claro y les dé tiempo. Estos videos serán expuestos en la séptima sesión y se botara por el mejor y el que más se asemeja a la teoría expuesta, deberán durar entre 5 y 10 minutos y dispondrán de dos semanas de tiempo para poder realizarlo.		
Creado por:	Raquel González Pernaute	Fecha: 09/02/2021

Tabla 5: 5ª sesión

5.1.6 Sexta sesión

Objetivos:	Material	N.º sesión
A. Plantear un proyecto de intervención de género en relación con deporte y la actividad física: A. Contribuir a la igualdad, a través de un proyecto de intervención B. Fomentar la libre práctica deportiva en mujeres	<ul style="list-style-type: none"> Anuncios publicitarios impresos Proyector Video ¿Es el fútbol un deporte sólo de chicos? 	6
		Duración
		1h

y niñas.	<ul style="list-style-type: none"> Video Esto es para todas las mujeres que luchan por el deporte Video El poder de las mujeres en el deporte y en la vida Entrevista online 	N.º
		Participantes
		30

En esta sesión se repartirá una serie de anuncios publicitarios, se imprimirán y se repartirán por los grupos, en ellos aparecerán fotos y anuncios de diferentes actividades que deberán examinar en grupo y posteriormente explicar al resto de grupos, una vez se hayan analizado. Estas fotos y videos estarán en



relación con las barreras que muchas mujeres sufren a la hora de realizar práctica deportiva.

Ilustración 16: ejemplo de dinámica

Esta imagen serviría como ejemplo, puesto que los zapatos de tacón representan la parte femenina de la mujer, mientras que el balón pretende romper el estereotipo de que el fútbol es tan solo una práctica deportiva masculina y las mujeres que los practican pierden esa esencia, para convertirse en unos “marimachos”. El color del balón y de los zapatos coincide, demostrando que una mujer puede ser femenina y jugar a fútbol a su vez, sin perder la esencia apariencia, puesto que practicar un deporte como este, no te exime de ser atractiva. El color que han plasmado en el fondo, con destellos brillantes, podría decir que representa el glamur, que de forma estereotipada representa a la mujer y a la alta esfera.

Posteriormente utilizando el proyector, veremos diferentes videos. El primero, un experimento social que realizó el Hormiguero, [¿Es el fútbol un deporte sólo de chicos?](#), donde disfrazan e introducen a una jugadora profesional en un partido de fútbol masculino. Tras ese video, antes de abrir el debate, podre otro de noticias en la sexta, donde un equipo femenino de Terrassa, tras ser insultado por los veteranos de su mismo club, explican brevemente lo que les sucedió con el titular, las jugadoras del Terrassa rompen su

silencio: "[Esto es para todas las mujeres que luchan por el deporte](#)" (Jugones, 2019). La intención de este es que comparen ambos videos, en los que se representan imágenes tan diferentes, por un lado, una mujer demostrando que puede jugar igual que un hombre al futbol, mientras que, por el otro, un equipo femenino recibe insultos de integrantes de su propio club por ser mujeres y jugar, lanzado la pregunta, ¿No han demostrado en el primero que pueden?, ¿Por qué creéis que siguen dudando?

Para no centrar la sesión en un solo deporte, expondré un video de TEDx, siendo protagonizado de Amaya Valdemoro, que fue jugadora de baloncesto, con el título "[El poder de las mujeres en el deporte y en la vida](#)". En esta habla de las comparativas que ha sufrido con Paul Gasol, de estereotipos que rodean al deporte y su experiencia con lo mismo. Para acercar esta historia y todas estas barreras que encontramos, haré una breve explicación de mis vivencias para introducir posteriormente a un conocido mío que es un gran deportista y practica ballet. Quiero concienciar que todas estas barreras que en mayor medida nos dificulta a las deportistas femeninas también lo hacen con los hombres, ya que los limitan en la participación de ciertos deportes, y que es necesario quitarlas juntos. Le realizare una entrevista online que posteriormente, con su permiso, expondré a los participantes de la sesión.

Creado por:	Raquel González Pernaute	Fecha:	16/02/2021
--------------------	--------------------------	---------------	------------

Tabla 6:6ª sesión

5.1.7 Séptima sesión

Objetivos:	Material	N.º sesión
A. Plantear un proyecto de intervención de género en relación con deporte y la actividad física: A. Contribuir a la igualdad, a través de un proyecto de intervención B. Fomentar la libre práctica deportiva en mujeres y niñas.	<ul style="list-style-type: none"> • Pizarra y tiza • Proyector 	7
		Duración:
		1h30'
		N.º Participantes
		30

En esta sesión, el papel de la dirección del grupo quedara diluido. Se escribirá el orden de los grupos que van a salir para exponer las barreras a las que les ha tocado enfrentarse estas dos semanas. Para recordar al resto de los grupos de que se trataba, antes de empezar su video, serán los encargados de explicar al resto de sus compañeros de que se trataban, cada uno de ellos. Finalmente, tras la votación, nos

sentaremos en grupo grande y explicaran lo que han sentido a la hora de realizarlo y que les parece que se produzca este hecho, si lo han sufrido o si eran conscientes de ello.

Creado por:	Raquel González Pernaute	Fecha:	23/02/2021
--------------------	--------------------------	---------------	------------

Tabla 7: 7ª sesión

5.1.8 Octava sesión

Objetivos:	Material	N.º sesión
<p>A. Plantear un proyecto de intervención de género en relación con deporte y la actividad física:</p> <p>A. Contribuir a la igualdad, a través de un proyecto de intervención</p> <p>B. Fomentar la libre práctica deportiva en mujeres y niñas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Material necesario para las pruebas • Proyector • Video final del grupo y sesiones • Comida para el almuerzo 	8
		Duración:
		1h30'
		N.º Participantes
		30

Esta última sesión, como ya he podido adelantar anteriormente, tendrá la duración de una hora y media y se realizarán las pruebas para las que han practicado en las anteriores sesiones. Todos los integrantes del grupo tendrán que participar, por ello la importancia de la implicación de cada uno, ya que no ganará el que tenga una estrella en el equipo, si no el equipo que mejor cohesionado y mejor realice las prácticas en su conjunto, el ganador será de toda la práctica en general y no por deporte.

Al terminar se realizará una valoración conjunta de lo que han aprendido y lo que más les ha gustado de las sesiones que han realizado. Los menores que participen en la actividad serán los encargados de transmitir lo que han aprendido en las sesiones, pasando y exponiendo su experiencia por el resto de las clases del instituto, con la intención de visibilizar la segregación deportiva por género utilizando sus propios videos, ellos son los futuros deportistas que tendrán que abrirse camino por nuevas experiencias y que permitirán que otros hagan lo mismo sin perjuicios. Finalmente, mientras se premia la participación con un almuerzo, se pondrá un video con fotos y trozos de las sesiones como recuerdo.

Creado por:	Raquel González Pernaute	Fecha:	02/03/2021
--------------------	--------------------------	---------------	------------

Tabla 8: 8ª sesión

5.2 Cronograma

Una vez planteadas las sesiones, seguiré el siguiente cronograma, con la intención de poder terminar la intervención una semana antes del día mundial de la mujer, para que los menores puedan exponer sus experiencias y dar visibilidad a las barreras que sufren las mujeres deportistas.

	Sesiones							
	1ª	2ª	3ª	4ª	5ª	6ª	7ª	8ª
	12/01	19/01	26/01	02/02	09/02	16/02	23/02	02/03
Objetivo General								
Plantear un proyecto de intervención de género en relación con deporte y la actividad física:								
Objetivos específicos								
Conocer la realidad social en la actividad física en un instituto								
Investigar las relaciones de género y el deporte.								
Contribuir a la igualdad, a través de un proyecto de intervención								
Fomentar la libre práctica deportiva en mujeres y niñas.								

Tabla 9: Cronograma

5.3 Recursos humanos y materiales

5.3.1 Recursos humanos

- Profesor de educación física
- Dinamizador de la intervención

5.3.1 Recursos materiales

- Material tecnológico
- Mobiliario
- Material deportivo
- Alimentación

5.4 Presupuesto

Este proyecto de intervención sobre la concienciación de los menores sobre las barreras con las que se encuentran las deportistas no cuenta con material adicional del que tenga que abastecerse, ya que a la hora de elaborarlo he tenido en cuenta los recursos de los que dispone el propio colegio. Si que hay que tener en cuenta que la contratación del dinamizador de las actividades, el cual correrá a cargo del colegio en coordinación con el PEE del mismo centro y otros pequeños gastos como fotocopias o la merienda y como mayor coste el proyecto.

Recursos Materiales						
ITEM	DETALLE	COSTE POR UNIDAD	N.º DE PRODUCTOS	COSTE TOTAL	APORTACIÓN DEL INSTITUTO	COSTE TOTAL
1.	Tecnologías	1.030,40€	2	950€	950€	0€
1.1	Proyector	350€	1	350€	350€	0€
1.2	Pantalla proyección	80,40€	1	80,40€	80,40€	0€
1.3	Ordenador	600€	1	600€	600€	0€
2	Mobiliario	270,45€	60	3.023,4€	3.023,4€	0€
2.1	Mesas	53,42	30	1.602,6€	1.602,6€	0€

2.2	Sillas	47,36	30	1.420.8€	1.420.8€	0€
2.3	Pizarra	169,27€	1	169,27€	169,27€	0€
2.4	Tizas	0.15€	1	0,15€	0,15€	0€
2.5	Impresión de anuncios	0,25€	5	1,25€	1,25€	0€
3.	Material deportivo	63,63€	33	291,61€	291,61€	0€
3.1	Balón de baloncesto	7,99€	1	7,99€	7,99€	0€
3.2	Balón de futbol	7,99€	1	7,99€	7,99€	0€
3.3	Balón vóleibol	6,99€	1	6,99€	6,99€	0€
3.4	Raquetas pingpong	1,99€	4	7,96€	7,96€	0€
3.4.1	Pelota pingpong	0,22€	2	0,43€	0,43€	0€
3.5	Palos de hockey	9,99€	8	79,92€	79,92€	0€
3.5.1	Pelota hockey	1,49€	1	1,49€	1,49€	0€
3.6	Colchonetas	14,99€	10	149,90€	149,90€	0€
3.7	Cuerdas para saltar	4,99€	3	14,96€	14,96€	0€
3.8	Balón de balonmano	6,99€	2	13,98€	13,98€	0€
4.	Alimentación	16,83€	12	24,70€	0€	24,70€
4.1	Bebida	5,31€	4	5,31€	0€	5,31€
4.1.1	Coca cola	1,59€	1	1,59€	0€	1,59€
4.1.2	Nestea	1,05€	1	1,59€	0€	1,59€
4.1.3	Limonada	1,35€	1	1,35€	0€	1,35€
4.1.4	Naranjada	1,32€	1	1,32€	0€	1,32€

4.2	Comida	11,52€	8	19,39€	0€	19,39€
4.2.1	Chips Ahoy	3,79€	2	7,58€	0€	7,58€
4.2.2	Lay's	2,35€	1	2,35€	0€	2,35€
4.2.3	Cheetos	1,30€	1	1,30€	0€	1,30€
4.2.4	Bollycao	2,29€	2	4,58€	0€	4,58€
4.2.5	Donettes	1,79€	2	3,58€	0€	3,58€
Recursos Humanos						
ITEM	DETALLE	COSTE POR HORA	N.º DE HORAS	COSTE TOTAL	APORTACIÓN DEL INSTITUTO	COSTE TOTAL
5.	Personal	61,54	18h	553,87	445,87€	108€
5.1	Profesorado	49,54€	9h	445,87€	445,87€	
5.2	Dinamizador	12€	9h	108€	0€	108€
Recursos Inmateriales						
ITEM	DETALLE	COSTE POR HORA	N.º DE HORAS	COSTE TOTAL	APORTACIÓN DEL INSTITUTO	COSTE TOTAL
6.	Proyecto	6€	127h	762€		762€
6.1	Elaboración de la idea	6€	10h	60€		60€
6.2	Elaboración del documento escrito	6€	106h	636€		636€
6.3	Elaboración sesiones	6€	11h	66€		66€
					TOTAL	894,70€

Tabla 10: Presupuesto

5.5 Evaluación

La evaluación es la herramienta necesaria para asegurarnos si el plan de intervención que se está llevando a cabo funciona. Es primordial ser conscientes que, a lo largo de la puesta en marcha, el proyecto puede sufrir modificaciones con la finalidad de adecuarlas a la consecución de los objetivos. Para ello es necesario hacer evaluaciones a lo largo de todo el plan de intervención, lo ideal es hacer una por sesión, teniendo en cuenta el feedback que recibes de los participantes y las anotaciones que se introducen en el diario de campo a través de la observación participante. Se precisará de una evaluación en la cuarta sesión con la intención de englobar todo el proceso que se haya hecho hasta el momento y evaluar la consecución de los objetivos planteados en el comienzo, si se hubieran observado otras necesidades y hubiera que añadir nuevos objetivos en el planteamiento inicial. Finalmente se realizará una evaluación final, donde se tendrá en cuenta diferentes factores, la consecución de los objetivos, que será uno de los grandes indicadores de que el plan ha funcionado o no, de nuevo, el feedback de las personas que han participado y de los profesionales del sistema educativo que se encuentran implicados, la observación y anotaciones que se hayan realizado.

Al finalizar el curso, podría ser recomendable realizar una última valoración, después de que los menores hayan realizado las presentaciones en diferentes clases, y observar si las dinámicas que se llevaron a cabo en su momento han continuado en el tiempo o si fuese necesaria introducir una nueva intervención.

5.6 Resultados

Hay que resaltar que, en un principio, el proyecto estaba planteado para realizar una investigación, lo que fue modificado posteriormente para desarrollar una intervención. Este proyecto de intervención no ha podido llevarse a la práctica a causa de las condiciones de confinamiento en las que nos encontramos. A falta de conocer las medidas que se adoptaran en el próximo curso escolar, es posible que no se pueda realizar y que se encuentre sujeto a modificaciones de este antes de ponerlo en marcha el siguiente año. Por todo esto, el apartado de resultado es inviable, ya que como bien he argumentado no se pudo realizar y se desconocen.

6. Conclusiones y recomendaciones:

Como ya he comentado en el apartado de resultados, el proyecto no se pudo llevar a la práctica debido al confinamiento en el que actualmente continuamos y la imposibilidad de acceso a las instalaciones del centro y de los menores, por lo que las conclusiones a las que me voy a ceñir irán relacionadas a la realización de este mismo documento y a el apartado de investigación que tuve que desarrollar antes de ponerlo en práctica.

Actualmente, por lo que he podido investigar a través de las redes, noticias y diferentes campañas que aparecen por los distintos medios de comunicación, la práctica deportiva se está visibilizando. Considero que sigue habiendo mucho recorrido por hacer y que la inclusión en determinadas prácticas deportivas sigue siendo hoy en día, un mundo idílico al que tenemos esperanzas de llegar, pero no por ello deberíamos parar, ya que, con cada paso, estamos un poquito más cerca. Considero que esa visibilización de las profesionales que han dedicado su vida al deporte es necesaria, pero creo que existe un menor conocimiento en los niveles más bajos, donde el colegio en el área de educación física tiene mucho trabajo que hacer. Teniendo en cuenta que se está intentando desarrollar un plan de igualdad, me parecería interesante que incluyeran un apartado en relación con la discriminación deportiva. No es de extrañar, teniendo en cuenta que muchas menores abandonan las diferentes actividades que desarrollan a lo largo de su vida en una edad temprana, que los estudios relacionados con el deporte tengan poca afluencia femenina. Por ello fomentar su práctica en la adolescencia podría ayudar a que las menores eligiesen otras alternativas de estudio en relación con el deporte. También es verdad que las salidas profesionales tienden a estar generalmente ocupadas por varones, y las mujeres tienen que sufrir muchas trabas para abrirse camino ante ellas, pero sin profesionales cualificadas, no se podrá conseguir.

Una vez dentro de la web del instituto, en el apartado de Educación física, me encuentro con los diferentes planes de los cursos de secundaria y los dos de bachiller y tras descargar los documentos de 1º a 4º de la Eso, la conclusión a la que he llegue es que no han variado demasiado desde mi paso en el instituto, que hace más de 10 años que cursé primero de secundaria, lo que supone que no se ha producido un gran progreso en esta materia, y a la que al parecer dentro del ámbito educativo no se le dota de la importancia que tiene para desarrollar valores, como la igualdad, la competencia sana, el compañerismo o el fomento de una vida sana y equilibrada. Respecto a la importancia que se le da al atletismo, puede entender que es la base de muchos deportes, es decir hay que saber correr para jugar a futbol, balonmano, baloncesto y otros muchos, saberte desplazar de diferentes maneras he intentar mejorar en velocidad, resistencia en velocidad, resistencia... Pero considero que no solo deberían hacerles exámenes de resistencia o velocidad, deberían enseñarles a correr bien, por lo que he ido detectando como monitora, no lo hacen de una

manera correcta y con el tiempo les puede suponer diferentes problemas de salud, entre otro el desgaste de las articulaciones o esguinces.

Creo que sería conveniente aprovechar esta ola de apoyo para concienciar a la población de la necesidad de fomentar la igualdad de oportunidades en este sector y de plantearse la realidad, que las mujeres tienen problemas, porque hay determinadas prácticas, que entiende que no pueden/deben hacer, pero ellos también. Es muy difícil que se valore a un hombre haciendo deportes que se encuentran feminizados, como el balé o la natación sincronizada, yo misma me tuve que informar si existía un equipo masculino de esta última. Hay que considerar que el deporte no tiene género y aprovecharse de estas campañas que se hacen en relación con los juguetes, se extrapolen al deporte. Los menores desde bien pequeños identifican ciertas prácticas con su género y salir de ello supone un largo proceso de lucha interna y externa, que no todos están dispuestos a asumir, sobre todo en edades tan conflictivas como la pubertad, donde la influencia del entorno es tan grande. En estas edades, los menores son muy susceptibles a la visión que tienen los demás de ellos y la percepción que tienen de sí mismos, puede verse trastocada por la presión que reciben del entorno.

La división social de género existe, y se lleva a diferentes áreas de la vida entre ellas la actividad física, desde el que practicar hasta la forma de vestir. Tendemos a dividirlo, separarlo en “el deporte de ellos y el deporte de ellas”, pero el deporte es solo eso, no tiene género, es una práctica que todos podemos desempeñar indiferentemente de nuestra naturaleza y debido a nuestra capacidad. Las limitaciones, nos las ponemos nosotros, en su mayoría impulsadas y respaldadas por el entorno, la cultura y la sociedad en la que vivimos. No deberíamos “agachar nuestras orejas” cuando nos hacen comentarios machistas y retrógrados cuando realizamos una actividad que nos satisface y nos hace sentir bien, deberíamos “levantar bien alto nuestra cabeza” y seguir luchando por lo que nos gusta y entusiasmo, porque nunca se ha dicho que hacer deporte es algo malo, si no hay excesos, indiferentemente de cual practiques.

Finalizo diciendo que, si en algún futuro este proyecto se llevara a la práctica, me encantaría conocer si dio o no resultados y si realmente sirvió para dar a conocer algunas de las barreras que las profesionales deportistas y el resto de las mujeres, que utilizamos el deporte para complementar nuestra vida sana y saludable o simplemente por hobby se han encontrado. Si es posible que haya ayudado a una menor a enfrentarse a los estereotipos que rodean al deporte, a oponerse con su entorno y practicar lo que a ella le gusta sin temor a lo que puedan decir o insinuar de ellas, para mí sería el mejor de los resultados y un claro ejemplo para otras.

7. Bibliografía

- (2019 de 07 de 14). Recuperado el 2020 de 03 de 27, de <https://www.elperiodico.com/es/deportes/20190714/espana-campeona-mundo-hockey-patines-septima-vez-final-contra-argentina-world-roller-games-barcelona-7553491>
- 20 Minutos. (19 de 07 de 2019). Obtenido de La desoladora sorpresa de Marianne Vos tras ganar el Tour de Francia femenino: la sala de prensa estaba vacía: https://www.20minutos.es/deportes/noticia/marianne-vos-desoladora-sorpresa-campeona-tour-3709335/0/?utm_source=facebook.com&utm_medium=smm&utm_campaign=noticias
- 20 Minutos. (25 de 01 de 2020). Recuperado el 2020 de 03 de 27, de La selección española femenina de waterpolo vuelve a hacer historia y se proclama campeona de Europa: https://www.20minutos.es/deportes/noticia/4130525/0/la-seleccion-espanola-femenina-de-waterpolo-vuelve-a-hacer-historia-y-se-proclama-campeona-de-europa/?utm_medium=smm&utm_campaign=noticias&utm_source=facebook.com
- Atresmedia. (06 de 03 de 2020). Obtenido de https://www.lasexta.com/noticias/sociedad/cantantes-actrices-ninas-quieren-ser-futbolistas_201908065d49563a0cf2a80ac9ca79ed.html
- Ayuntamiento. (2020 de 03 de 27). Zaragoza ayuntamiento. Obtenido de <https://www.zaragoza.es/ciudad/sectores/jovenes/piee.htm>
- Cabrera García, Y. (14 de 04 de 2010). EL CUERPO FEMENINO EN LA PUBLICIDAD: Modelos publicitarios: entre la belleza real, la esbeltez o la anorexia. *Revista ICONO 14*, 223-243.
- De Oya Otero, M. (2018). *Real Academia de la Historia*. Recuperado el 21 de 02 de 2020, de <http://dbe.rah.es/biografias/11247/francisco-grande-covian>
- El Mundo. (2020 de 08 de 20). Recuperado el 2020 de 03 de 27, de La española Alba Vázquez bate el récord del mundo júnior de 400 estilos: <https://www.elmundo.es/deportes/mas-deporte/2019/08/20/5d5c4311fdddf9b9b8b45dd.html>
- Jugones. (08 de 03 de 2019). *Las jugadoras del Terrassa rompen su silencio: "Esto es para todas las mujeres que luchan por el deporte"*. Obtenido de ANTENATRESMEDIA: https://www.lasexta.com/noticias/deportes/futbol/video-jugadoras-terrassa-rompen-silencio-mujeres-deporte_201903085c82797b0cf20d23c9c17de6.html

Luna, C. C. (2019 de 09 de 29). *Diario AS*. Recuperado el 2020 de 03 de 27, de https://us.as.com/us/2019/09/29/masdeporte/1569793088_856528.html

MARCA: Ya hay preacuerdo del primer convenio de fútbol femenino. (20 de 12 de 2019). Recuperado el 28 de 02 de 2020, de Marca: <https://www.marca.com/futbol/futbol-femenino/2019/12/20/5dfd4926e2704edb328b45ba.html>

Piedra, J. (septiembre de 2019). Las prespectica de género en sociología del deporte en España: presente y futuro. *Revista Española de Sociología*, 28(3), 8. Recuperado el 2020

Reglamento. (29 de 06 de 2018). *IES Grande Covián*. Recuperado el 22 de 02 de 2020, de https://grandecovian.es/FGC/files/Direcci%C3%B3n/normativacentro/RRR_v_7_0_Documento_DEFINITIVO_con_modificaciones_aceptadas_Claustro_y_Protocolos_Accidentes.pdf

Rodríguez Gómez, D., & Valdeoriola Roquet, J. (s.f.). *Metodología de la investigación*. Universitat Oberta de Catalunya: UOC.

Subirana, M. (25 de Agosto de 2013). Como nos influyen las expectativas de los demás. pág. 4.

Urboano, E. O. (Marzo de 2018). *Observatorio Urbano de Zaragoza y su Entorno*. Recuperado el 21 de 02 de 2020, de <http://www.ebropolis.es/files/File/Observatorio/Distritos/DossierZaragoza-marzo2018-Ebropolis.pdf>

Web Oficial IES Grande Covián. (2018). Recuperado el 21 de 02 de 2020, de <https://grandecovian.es/FGC/index.php>

Web Oficil Puma. (s.f.). Recuperado el 23 de 02 de 2020, de <https://eu.puma.com/es/es/mujer/calzado/motorsport#prefv1=38&prefn1=size&pos=23>